विषय	पृष्ठ

निवेदन

विलायत में श्रीमती डाक्टर मेरी स्टोप्स काम-शास्त्र की आचार्या हैं। यही नहीं कि आपने संस्कृत और संसार की दूसरी भाषाओं के काम-शास्त्र पर ग्रन्थों का अध्ययन किया है, वरन आप ने अपने सुदीर्घ अनुभव और अन्वेषण से इस शास्त्र की अनेक बहुमूल्य नवीन सचाइयों का आविष्कार भी किया है। कोई बारह वष हुए, आपने मैरिड लॅव नाम की एक पुस्तक लिखी थी। उस में आपने नव विवाहित जोड़ों के लिये बड़ी उपयोगी जानकारी दी थी। उस का संसार में बड़ा सम्मान हुआ था। योरुप की दस भाषाओं में उस का अनुवाद हो गया था। और अङ्गरेजी में कई लाख प्रतियाँ बिकी थीं। उसका हिन्दी अनुवाद "विवाहित प्रेम" नाम से मैं ने भी कर दिया था।

"विवाहित प्रेम" तो उन युवक और युवतियों के लिये था जिन का विवाह हाल में हुआ है, या जो विवाह करने जा रहे हैं। पर विवाह के दो चार वर्ष बाद दम्पति के सामने ऐसी समस्यायें आने लगती हैं जिन से उन को घोर निराशा और दुःख होने लगता है। कभी कभी तो एक दूसरे से अलग हो जाने तक की नौबत पहुँच जाती है। पति-पत्नी में प्रेम होते हुए भी वे एक दूसरे से संतुष्ट नहीं रहते। दोनों की प्रौढ़ और वृद्धावस्था शान्त और सुखी होने के स्थान में अशान्त और दुखी हो जाती है। वे इस दुःख और अशान्ति का कारण न समझ कर घुल घुल कर मर जाते हैं। डाक्टर स्टोप्स ने ऐसे ही दम्पतियों को सहायता देने के लिये हाल में एक पुस्तक लिखी है। उसी का हिन्दी मर्मानुवाद यह पुस्तकहै।

जवानी का जोश ठंडा हो जाने पर भी दम्पति का प्रेम जीवन भर बना रहे और सुहाग रात की तरह ही वे आपस में अनुरक्त रहें, यही इस पुस्तक का उद्देश्य है।

पुस्तक क्या है बहुमूल्य रत्नों का भाण्डार है; मनुष्य-प्रकृति के ज्ञान में एक भारी वृद्धि है; समाज को सुखी बनाने की सच्ची चेष्टा है; अज्ञानान्धकार में ठोकरें खाते हुए लाखों दम्पतियों के लिये प्रकाश-स्तम्भ है। इसकी एक एक बात लाख लाख रुपये की है। मेरी प्रतिज्ञा है कि जो भी व्यक्ति इस पुस्तक का ध्यान-पूर्वक मनन करेगा उस को अनेक नई नई और उपयोगी बातें मालूम होंगी। उन पर आचरण करने से वह अपने दाम्पत्य जीवन को सुखी बना सकेगा। पति-पत्नी के प्रेम को अमर रखने में यह पुस्तक बहुमूल्य सिद्ध होगी। हाथ कंगन को आरसी क्या। पुस्तक आप के सामने है। पढ़ कर देख लीजिये।

बाज़ार में बिकने वाले निःसार कोक-शास्त्रों और काम-शास्त्रों की तरह जनता की रुचि को बिगाड़ कर अपना उल्लू सीधा करना इस पुस्तक का उद्देश्य नहीं। दुखी जोड़ों को सचमुच सहायता देकर संसार को सुखधाम बनाना ही इसका लक्ष्य है।

श्रीमती मेरी स्टोप्स ने इस पुस्तक को लिख कर मनुष्य-समाज का भारी उपकार किया है। उस के लिये आप सभी लोक-हितैषियों के धन्यवाद की पात्र हैं।

मुझे आशा है कि हिन्दी-भाषा-भाषी लोग भी इस अमूल्य ग्रन्थ से लाभ उठा कर अपने जीवनों को सुखी बनाने का यत्न करेंगे।

पुरानी बस्ती—होशियार पुर। सन्तराम

ग्रन्थकर्त्री की भूमिका

दस वर्ष हुए मैंने "विवाहित प्रेम" नाम की पुस्तक लिखी थी। वह तरुण पतियों और विवाह की इच्छा रखने वाले युवक-युवतियों के लिये थी। उसका उद्देश्य जनता को वे बातें बताना था जिनको ज्ञान प्रत्येक विवाहित जोड़े और निकट भविष्य में विवाह करने की इच्छा रखने वाले प्रत्येक तरुण और तरुणी को होना चाहिये। उस पुस्तक की प्रशंसा में मुझे दूर दूर से पत्र आए हैं। इससे प्रकट होता है कि उस ने एक आवश्यकता को पूरा किया है। अनेक भाषाओं में उसके अनुवाद हो चुके हैं, उस के आधार पर पुस्तकें लिखी गई हैं, और उस की भाषासरणि राष्ट्रीय शब्द-भाण्डार का अंग बन चुकी है। उस के छपने के बाद एक ही वर्ष के भीतर मुझे अनुभव होने लगा कि विवाह हो जाने के पश्चात् कुछ वर्ष बीत जाने पर पति-पत्नी के प्रेम में जो कमी दिखने लगती हैं और काम-कलह उत्पन्न हो जाता है उस पर भी विचार करने की आवश्यकता है।

जवानी चली जाने पर, उन पति-पत्नियों में भी समस्याएँ खड़ी हो जाती हैं जिन में पहले प्रगाढ़ प्रेम था। इस का कारण प्रायः शारीरिक व्याधियाँ होता है। अनेक लोगों ने मुझ से विवाहित जीवन के पिछले वर्षों पर पुस्तक लिखने के लिये कहा है। विशेषतः उन लोगों ने जिनका विवाह "विवाहित प्रेम" प्रकाशित होने के कुछ वर्ष पहले हो चुका था, और जो अपनी भूलों का अनुभव तो करते थे परन्तु उन को ठीक करने के उपाय उन्हें ज्ञात न थे। केवल ज्ञान ही अवस्थाओं को बदल कर ठीक कर सकता है।

जब विवाह होता है तो पहले पहल पति-पत्नी के मन में अपार प्रसन्नता होती है। वे सुख और आनन्द की लम्बी-चौड़ी आशाएँ ले कर संसार में प्रवेश करते हैं। परन्तु कुछ ही वर्ष बाद उस सुख की प्राप्ति के मार्ग में घोर बाधाएँ दीखने लगती हैं। विवाह रूपी दाल-भात ठंडा हो कर नीरस मालूम होने लगता है।

तब अधिक ज्ञान की आवश्यकता होती है। वही ज्ञान मैं इस पुस्तक में दे रही हूँ। विज्ञान ने जीवन को सुखमय बनाने में जो सहायता दी है उस में मेरी इस पुस्तक से कुछ न कुछ वृद्धि अवश्य होगी।

इस पुस्तक में अस्वाभाविक अवस्थाओं का वर्णन नहीं। इस में मैंने पूर्ण स्वास्थ्य की आदर्श अवस्था से कई छोटे छोटे विभ्रमों को दूर करने में सहायता देने की चेष्टा की है। जो समस्याएँ बार बार खड़ी होती हैं उनका सरलता से सामना करना आवश्यक है।

इस पुस्तक के ८ वें प्रकरण में एक बिलकुल नई और साथ ही अतीव उपयोगी चीज़ दी गई है। यह चीज़ आज तक काम-शास्त्र की किसी भी दूसरी पुस्तक में नहीं दी गई। यह है संभोग की वह ठीक ठीक रीति जिससे विवाहित जीवन के पिछले वर्षों में भी प्रेम और सुख आरम्भिक वर्षों के समान ही प्रगाढ़ और स्थायी बना रहता है, और जो थकावट तथा अजीर्ण का वह हानिकारक भाव उत्पन्न नहीं होने देती जो, लोग समझते हैं, कि विवाह के कुछ वर्ष बाद अवश्य ही प्रत्येक दम्पती में उत्पन्न हो जाता है।

मेरा दृढ़ विश्वास है कि किसी राष्ट्र में सुखी, बच्चे जनने वाले, दृढ़ और स्थिर प्रेम रखने वाले जोड़ों की संख्या जितनी अधिक

होगी उतना ही वह राष्ट्र अधिक सुदृढ़ और सुप्रतिष्ठित होगा।

मैं प्रत्येक नर और नारी को प्रेम और सहानुभूति के साथ यह पुस्तक भेंट करती हूँ। मुझे आशा है, इससे उनके स्थायी सुख में वृद्धि होगी। मैं यह पुस्तक राष्ट्र को भी भेंट करती हूँ, क्योंकि यदि इस से विवाहित सुख का आदर्श ऊँचा हो गया, तो यह अनेक जंगी जहाजों से भी बढ़ कर राष्ट्रीय रक्षा का काम देगी।

हिण्डहॅड — म० क० स०

अगस्त १९२८

रति-विलास

पहला प्रकरण

व्यापक उदासी

"विवाह का रूपान्तर करने की आवश्यकता है, क्योंकि इसके इर्द गिर्द की प्रत्येक वस्तु रूपान्तरित हो चुकी है।"

—फिनोट

प्रत्येक सच्चा प्रेमी चाहता है कि प्रेम स्थायी हो। तरुण प्रेमियों और प्रेमिकाओं में यह विश्वास आसानी से और अपने आप बढ़ने लगता है कि उन का नवीन अनुराग अपने सौन्दर्य की दृष्टि से ही अपूर्व नहीं, वरन् वह शाश्वत और स्वयं जीवन से भी अधिक स्थायी है। यद्यपि नगरों के नित्य बढ़ने वाले विस्तार और सभ्य समाज की व्यक्तिगत विशेषताओं के कारण आज भी युवक और युवतियों को योग्य वधू और वर प्राप्त करने में बड़ी कठिनाई होती है, तो भी अधिकांश तरुण और तरुणियाँ स्वभावतः और स्वतः प्रेम करती हैं।

मेरा ध्यान बार बार इस बात की ओर दिलाया गया है कि आपस में प्रेम रखने वाले अतीव रसिक और समझदार पति-पत्नियों के अन्तस्तल में भी व्याकुलता छिपी रहती है। वे डरते हैं कि कोई ऐसा नियम मौजूद है जो अन्त को ज़रूर हमारे विरुद्ध कार्य करेगा और हमारे आपस के आकर्षण और प्रेम को नष्ट कर डालेगा। उन्हें आश्चर्य होता है कि उस ज्ञान की सहायता से भी, जो "विवाहित प्रेम" जैसी पुस्तकों में दिया गया है, केवल थोड़े से वर्षों के लिए ही सुख प्राप्त होता है। समय पाकर वह क्रूर नियम ज़रूर अपना कार्य करेगा और पति-पत्नी का प्रेम घट जायगा।

हम सबके लिए यह खेद की बात है कि जिन जोड़ों का पहले आपस में प्रगाढ़ प्रेम था वे विवाह के कुछ ही वर्ष बाद केवल प्रेम-शून्य पति-पत्नी ही बन जायँ, या एक दूसरे से घृणा करना, वरन् भयभीत रहना सीख जायँ।

आज कल लोगों में यह विचार बहुत फैल रहा है कि विवाह के कुछ ही वर्ष बाद प्रायः प्रत्येक जोड़े में पहले का सा प्रेम नहीं रहता। इसी बात को ले कर कहानियाँ और लेख लिखे जाते हैं। इस प्रचार का सरल-हृदय लोगों पर असर पड़ता है। मनुष्य समझने लगता है कि इस बात में कुछ न कुछ सचाई तो अवश्य होगी, निराधार तो कोई बात ठहर ही नहीं सकती। पति-पत्नी के इतने प्रगाढ़ प्रेम को नष्ट करने वाले केवल समय के संयोग और व्याधियाँ नहीं हो सकतीं। क्योंकि स्थायी अनुराग की विद्यमानता में ये बाहरी बातें कुछ भी अनिष्ट नहीं कर सकतीं।

प्रायः लोगों की धारणा यह जान पड़ती है कि:—स्त्री और पुरुष में एक दूसरे के प्रति आकर्षण सदा बना नहीं रहता। उसका

नष्ट हो जाना "अवश्यम्भावी" है। इस से विवाह के ठीक मूलाधार पर आघात पहुँचता है। नदी के किनारे बच्चों के बनाए हुए रेत के किले की नाईं इस अनुराग को भी उदासीनता का बढ़ता हुआ प्रवाह थोड़ा थोड़ा कर के खाता जाता है। इस प्रकार की लहरें प्रत्येक समागम के बाद होने वाली निराशा या उदासीनता को बढ़ाती रहती हैं।

सर्व साधारण यह बात माने बैठे हैं कि जिन लोगों का विवाह हुए कुछ वर्ष हो चुके हैं उन के मार्ग में एक बड़ा अजगर बैठा है। वह देखने में अजेय है। सहस्रों वर्षों से वह सभी विवाहित जोड़ों को कष्ट दे रहा है। उस की विषैली फुंकार लातीनी भाषा की इस कहावत में सुन पड़ती है—"मैथुन के बाद सभी उदास हो जाते हैं।"

इस भावना ने असंख्य लेखकों और कवियों के विचार को रँगा है; इसने बड़े बड़े साहित्याचार्यों की रचनाओं को वैराग्य, नैराश्य, अंधकार या अश्लीलता से रंजित किया है; इसको लेकर नाटक और कविताएँ लिखी गई हैं; इसने अपने को सामाजिक रूढ़ियों में ओत-प्रोत कर दिया है। इस विचार को स्वीकार करके अनेक सन्दिग्ध उपहास और कथाएँ गढ़ी गई हैं। वस्तुतः यह भावना मनुष्य की आत्मा में इतना गहरा घर कर चुकी है कि तरुण लोगों की एक बहुत बड़ी संख्या सचमुच इसमें विश्वास रखती है। "विवाहित प्रेम" सुखी युवकों के लिये है। उसमें मैंने इसका वर्णन वरन् इसका संकेत तक भी नहीं किया। फिर भी उस पुस्तक ने इस अजगर के विष को बहुत कुछ हलका कर दिया है। अब समय है कि विचारशील लोग इसका वध कर डालें और इस की अनिष्ट करने की शक्ति को

छिन्न भिन्न कर दें।

ऊपर से देखने पर इस पुस्तक के प्रकरणों का आपस में कुछ सम्बंध नहीं जान पड़ेगा। परन्तु मुझे विश्वास है, ये सब इस अजगर-वध में अवश्य सहायता देंगे।

उपर्युक्त लातीनी कहावत के आशय को खोलकर समझाने के लिये तो कई पन्ने चाहिएँ, परन्तु, जैसा कि एक विवाहित पुरुष ने मुझे कहा था, संक्षेप में इसका अर्थ यह है—"सारा संसार जानता है कि मैथुन के बाद पुरुष दुर्बल हो जाता है, उसे घृणा होने लगती है और कुछ समय के लिये वह स्त्री से मुँह फेर लेता है, और तब तक अनुरक्त नहीं होता जब तक कि कामाग्नि उस में दुबारा नहीं जलने लगती।"

दूसरे शब्दों में भाव यह है, और अनेक लोगों का अनुभव इसकी पुष्टि करता प्रतीत होता है, कि विवाह-क्रिया (स्त्री और पुरुष के समागम) के बाद पुरुष की उत्सुकता और जीवनी-शक्ति घट जाती है। उसका कुछ बल खर्च होता है, और बाद को उसे इस बल को पूरा करना पड़ता है। इसका अर्थ यह हुआ कि मैथुन से पुरुष का बल बढ़ने के स्थान में घटता है, और उसकी शक्तियाँ अस्थायी रूप से दुर्बल हो जाती हैं, चाहे यह समागम उसने प्रचण्ड लालसा से प्रेरित होकर या शरीर की स्वाभाविक माँग के वशीभूत होकर ही किया हो।

बहुत थोड़े लोगों ने इस बात को मानने से इनकार किया है। यह सच है कि डाक्टर हेवेलाक एल्लिस ने अपनी सुप्रसिद्ध पुस्तक स्टडीज़ इन दि साईकालोजी ऑव सेक्स में इस "लोकप्रिय भ्रम" को स्वीकार नहीं किया, परन्तु उन्होंने आधा पन्ना इस मत

को पुष्ट करने में खर्च कर दिया है कि "यथोचित रूप से सुखी अवस्थाओं में न पीड़ा होती है, न थकावट, न उदासी और न भावना-सम्बन्धी विराग।"

"यथोचित रूप से सुखी अवस्थायें" कैसे प्राप्त की जा सकती हैं, यह जानने के लिये संसार तरस रहा है। परन्तु एलिस महाशय कुछ नहीं बताते। मैं इस सम्बन्ध में सहायता देने का यत्न करना चाहती हूँ। विवाहित जीवन में पति-पत्नी का रति-सम्बन्धी अनुराग सदा बना रहे, इस विषय पर नवीन प्रकाश डालने की भारी आवश्यकता है, यह विचार मनुष्य के हृदय में सहसा उत्पन्न होता है।

दसवें लार्ड जैसे साफ कह देने वाले बहुत कम लोग होंगे। एक दिन एकान्त में अपने घर में उस ने मुझे मेरी पुस्तक "विवाहित प्रेम" में स्त्रियों को विवाह के शारीरिक आनन्द बताने के कारण डाँटा। उस ने चिल्ला कर कहा, "आप ने क्या किया है? आप ने घर को फोड़ डाला है; आप ने स्त्रियों को वे बातें बता दी हैं जो केवल वेश्याओं को ही मालूम होनी चाहियें; एक बार स्त्रियों को इन बातों का स्वाद चखने दो, फिर वे लहू चूसने वाली जोंकें बन जाती हैं; और आपने इन जोंकों को भले पुरुषों के घरों में खुला छोड़ दिया है। जब हम पुरुषों को उस प्रकार की वस्तु की—समागम में आनन्द कैसे लिया जा सकता है, यह जानने वाली स्त्री की—आवश्यकता होती है तो हम अपने समयों पर जब हम इस का अनभव करते हैं, वेश्याओं के पास चले जाते हैं। उस प्रकार की बातें हम अपने घरों में नहीं चाहते। भार्या गृहिणी होनी चाहिये जो घर को पति के लिये शान्त सुख की जगह बनाए।

छिन्न भिन्न कर दें।

ऊपर से देखने पर इस पुस्तक के प्रकरणों का आपस में कुछ सम्बंध नहीं जान पड़ेगा। परन्तु मुझे विश्वास है, ये सब इस अजगर-वध में अवश्य सहायता देंगे।

उपर्युक्त लातीनी कहावत के आशय को खोलकर समझाने के लिये तो कई पन्ने चाहिएँ, परन्तु, जैसा कि एक विवाहित पुरुष ने मुझे कहा था, संक्षेप में इसका अर्थ यह है—"सारा संसार जानता है कि मैथुन के बाद पुरुष दुर्बल हो जाता है, उसे घृणा होने लगती है और कुछ समय के लिये वह स्त्री से मुँह फेर लेता है, और तब तक अनुरक्त नहीं होता जब तक कि कामाग्नि उस में दुबारा नहीं जलने लगती।"

दूसरे शब्दों में भाव यह है, और अनेक लोगों का अनुभव इसकी पुष्टि करता प्रतीत होता है, कि विवाह-क्रिया (स्त्री और पुरुष के समागम) के बाद पुरुष की उत्सुकता और जीवनी-शक्ति घट जाती है। उसका कुछ बल खर्च होता है, और बाद को उसे इस बल को पूरा करना पड़ता है। इसका अर्थ यह हुआ कि मैथुन से पुरुष का बल बढ़ने के स्थान में घटता है, और उसकी शक्तियाँ अस्थायी रूप से दुर्बल हो जाती हैं, चाहे यह समागम उसने प्रचण्ड लालसा से प्रेरित होकर या शरीर की स्वाभाविक माँग के वशीभूत होकर ही किया हो।

बहुत थोड़े लोगों ने इस बात को मानने से इनकार किया है। यह सच है कि डाक्टर हेवेलाक एल्लिस ने अपनी सुप्रसिद्ध पुस्तक स्टडीज़ इन दि साईकालोजी ऑव सेक्स में इस "लोकप्रिय भ्रम" को स्वीकार नहीं किया, परन्तु उन्होंने आधा पन्ना इस मत

को पुष्ट करने में खर्च कर दिया है कि "यथोचित रूप से सुखी अवस्थाओं में न पीड़ा होती है, न थकावट, न उदासी और न भावना-सम्बन्धी विराग।"

"यथोचित रूप से सुखी अवस्थायें" कैसे प्राप्त की जा सकती हैं, यह जानने के लिये संसार तरस रहा है। परन्तु एलिस महाशय कुछ नहीं बताते। मैं इस सम्बन्ध में सहायता देने का यत्न करना चाहती हूँ। विवाहित जीवन में पति-पत्नी का रति-सम्बन्धी अनुराग सदा बना रहे, इस विषय पर नवीन प्रकाश डालने की भारी आवश्यकता है, यह विचार मनुष्य के हृदय में सहसा उत्पन्न होता है।

दसवें लार्ड जैसे साफ कह देने वाले बहुत कम लोग होंगे। एक दिन एकान्त में अपने घर में उस ने मुझे मेरी पुस्तक "विवाहित प्रेम" में स्त्रियों को विवाह के शारीरिक आनन्द बताने के कारण डाँटा। उस ने चिल्ला कर कहा, "आप ने क्या किया है? आप ने घर को फोड़ डाला है; आप ने स्त्रियों को वे बातें बता दी हैं जो केवल वेश्याओं को ही मालूम होनी चाहियें; एक बार स्त्रियों को इन बातों का स्वाद चखने दो, फिर वे लहू चूसने वाली जोंकें बन जाती हैं; और आपने इन जोंकों को भले पुरुषों के घरों में खुला छोड़ दिया है। जब हम पुरुषों को उस प्रकार की वस्तु की—समागम में आनन्द कैसे लिया जा सकता है, यह जानने वाली स्त्री की—आवश्यकता होती है तो हम अपने समयों पर जब हम इस का अनभव करते हैं, वेश्याओं के पास चले जाते हैं। उस प्रकार की बातें हम अपने घरों में नहीं चाहते। भार्या गृहिणी होनी चाहिये जो घर को पति के लिये शान्त सुख की जगह बनाए।

इस के स्थान में आप ने मेरे घर को नरक बना दिया है; मैं अपनी स्त्री की माँगों को पूरा नहीं कर सकता, अब वह जानती है। यदि आप ये रक्त चूसने वाली स्त्रियाँ पैदा करेंगी तो पुरुष नपुंसक हो जायेंगे।" कोप से बोल कर, सच्चे प्रेम पर धावा कर के, इस को प्रकट करने के अपराध में मुझे डाँट-डपट करके, क्या यह मनुष्य स्त्री को घर की कैदी और गुलाम समझता हुआ वस्तुतः अपने ही नीच भावों का प्रकाश नहीं कर रहा ? उस के मत से तो स्त्री को न केवल उस के सच्चे रति-सुख से ही वंचित कर देना चाहिये, वरन् मैथुन के स्वास्थ्यप्रद प्रभाव से, समागम की प्राणदायिणी शक्ति से, और अपने संगी के साथ समता के प्रफुल्ल भाव से भी।

उस के मतानुसार स्त्री घर का काम-काज करने वाली बाँदी और बच्चे पैदा करने की मशीन है, वह पुरुष की वधू और आनन्द-दायक साथी नहीं। वह स्वार्थवश वेश्या के पास जाता है। वह उस के साथ अनुराग का दिखलावा करती है और उस की बिगड़ी हुई रुचि को पूरा करने के लिये जिस भी गन्दे ढंग से वह चाहता है वह उस के साथ क्रीड़ा करती है। इस के लिये वह उसे पैसे देता है।

यह पुरुष बड़ी उम्र का है। मैं समझती हूँ यह एक्टन के साथ पूरी तरह सहमत है। एक्टन ने एक बार कहा था—"समाज का यह सौभाग्य है कि अधिकांश स्त्रियों को किसी प्रकार की काम-वासना तंग नहीं करती।"

इस का भाव स्पष्ट है। सच्चे संयोग के धार्मिक और अन्योन्य गुण पर ध्यान नहीं दिया जाता। जहाँ स्त्री और पुरुष प्रेम नहीं वरन् काम-वासना के वशीभूत होकर इकट्ठे होते हैं, वहाँ

उस संक्षिप्त मिलाप के पश्चात् पुरुष रुचि का अभाव अनुभव करता है, वरन कई एक को तो घिन सी होने लगती है। कई दूसरे लोगों में स्त्री का भय पैदा हो जाता है, क्योंकि वे अनुभव करते हैं कि स्त्री ने उन की कोई चीज़ लूट ली है। ऐसे समागम अवश्य ही स्त्री और पुरुष दोनों से मैथुन के सर्वश्रेष्ठ और उच्चतम रूप को छीन लेते हैं।

"मैथुन के बाद सभी उदास हो जाते हैं," इस भाव के जो रूप और कौतुक उपन्यासों, नाटकों और साइंटिफ़िक साहित्य में, डाक्टरी की पुस्तकों में, गँवारू लोगों की सामान्य बात-चीत में, और घटिया दर्जे के लोगों के गन्दे मखौलों में पाये जाते हैं यदि उन का विस्तार किया जाय तो कई पुस्तकें भरी जा सकती हैं।

पर मैं अब इसे ललकारती हूँ !

मैं इस बात को नहीं ललकारती कि इसे प्रायः एक सचाई समझा जाता है, यह तो स्पष्ट ही है ! मेरी प्रतिज्ञा तो यह है कि इस सचाई का कोई अस्तित्व ही नहीं। मैं इसे शास्त्र के अर्थों में सत्य घटना मानने से इनकार करती हूँ। यह एक ऐसी अद्भुत बात है जिस का आधार अविद्या, मूर्खता और रिवाज का संमोहन प्रभाव है। यह उदासी ज्ञानवान और सीखे हुए प्रेमी और प्रेमिकाओं के संभोगों का अवश्यम्भावी और स्वाभाविक परिणाम नहीं।

मैं युगों को और सभी युगों के मनुष्यों को ललकारती हूँ ! मैं उन से कहती हूँ कि उन की इस झूठी "सचाई" ने उनके जीवनों को ऐंठा दिया है, उन को रंजित और हानिग्रस्त कर दिया है, उन की शक्तियों को दुर्बल बना दिया है, उन के प्रेम की जड़ को काट डाला है, स्त्री-जाति के प्रति उन के संमान-भाव को कीड़े की तरह

खा लिया है, और घरों को ढा और उजाड़ डाला है। शास्त्र की दृष्टि से देखने पर, यह सत्य घटना नहीं है। यह अज्ञान की उत्पन्न की हुई कल्पित भावना है जो बाप-दादा से चली आने वाली कथा की वाष्पमयी अन्धेरी दलदलों में घूमा करती है।

असंख्य स्त्री-पुरुषों की जल्दी में होने वाली गलत-फ़हमी से गड़बड़ और भ्रम उत्पन्न हो गया है। प्रकृति के संकल्पों में रुकावट डाल कर खुद ही उस की हँसी उड़ाने से; अपनी इच्छा के अनुसार प्रकृति को झुका कर उसे हानिग्रस्त करने से; ठीक ज्ञान न रहने के कारण गलत ढंग से काम करने से उन्हों ने अपने को तथा सारी मनुष्य-जाति को संतापों के जटिल जाल में डाल दिया है—और व्यर्थ डाल दिया है।

जिस विपत्ति के संबन्ध में यह समझा जाता है कि वह सभी विवाहित जोड़ों के भाग्य में बदी है, सौभाग्य से कुछ जोड़े उससे बच जाते हैं। उनका सारा विवाहित जीवन सुखी होता है। पर वे बहुत थोड़े हैं। कोई भी उपन्यास या संवाद-पत्र उठा लीजिए, आपको उस में कोई न कोई संकेत ज़रूर ऐसा मिलेगा जिससे यह टपकता है कि बहुत कम लोग ऐसे हैं जिनका विवाहित जीवन अनेक वर्ष तक सुखमय रहता है। जब किसी सुखी जोड़े का नाम लिया जाता है तो कह दिया जाता है कि सुयोग से ही ऐसे अच्छे पति-पत्नी मिल गये हैं, परमेश्वर की यह विशेष कृपा है जो उनका अनुराग फीका नहीं पड़ा। पूछने पर वह जोड़ा अपने सफल विवाहित जीवन का कारण प्रायः किसी बाहरी अवस्थाओं को बताता है, या केवल इतना कह देता है कि हम प्रेम रखते हैं और प्रेम करना जानते हैं; वे अपने विवाहित जीवन की सफलता के कारण की इतनी थोड़ी व्याख्या

करते हैं कि पूछने वाले लोगों की जानकारी में कुछ भी वृद्धि नहीं होती। ऐसे जोड़ों का अस्तित्व एक सुखद संयोग है। इस पुस्तक का उद्देश्य ऐसे सुखी जोड़ों की संख्या को बहुत अधिक बढ़ाना है। इस का काम केवल "मैथुन के बाद सभी उदास हो जाते हैं" को ललकारना नहीं, वरन् यह दिखलाना भी है कि यह भावना कितनी ग़लत है और इस ग़लती को कैसे ठीक किया जा सकता है।

स्थिर गार्हस्थ्य जीवन, अक्षय और स्थायी प्रेम, और भीतरी एकता तथा पारस्परिक हर्ष की दीप्ति, मनुष्य इन चीजों की जितनी लालसा करता है उतनी संसार में किसी दूसरी वस्तु की नहीं। इन अमूल्य ख़ज़ानों की प्राप्ति में जनता को जितनी भी सहायता दी जा सके थोड़ी है। इस में किस को संदेह हो सकता है कि राष्ट्र की दृढ़ता का निर्भर इस के घरों के स्वास्थ्य और सुख पर है। जब तक हम मानव इस मर्त्यलोक में वास करते हैं, हम में से बड़े से बड़ा अभिमानी भी मनुष्य से कुछ भी बढ़ कर होने की प्रतिज्ञा नहीं कर सकता। जीवन में हमारे अनुभव की सफलता का निर्भर तीन चीज़ों—शरीर, मन और आत्मा—के प्रयोजनों और आवश्यकताओं की पेचीली बनी हुई परन्तु सुन्दरता से बराबर-रखी-हुई व्यवस्था तथा तृप्ति पर है।

इस सारी पुस्तक में मैं इन आपस में उलझी हुई तीनों चीज़ों को सुलझाने का, एक प्रकरण में पहले एक का और बाद को दूसरे में दूसरी का वर्णन करने का, यत्न नहीं करूँगी, क्योंकि इन की क्रियायें और प्रतिक्रियायें आपस में ओत प्रोत हैं। यदि मैं शरीर पर ज़ोर देती जान पड़ती हूँ, तो इस का कारण यह है कि स्थूल साधनों द्वारा इस तक प्रत्यक्ष रूप से पहुँचा जा

और इस प्रकार यह आत्मा का अधिक पूर्ण यन्त्र बन जाता है। सभी प्रकरणों में मैं स्त्री-पुरुष के प्रेम से सम्बन्ध रखने वाली उन बातों को साफ कर डालने का यत्न करूँगी जो मुझे वहाँ विशेष प्रतीत होती हैं। जिस प्रकार " विवाहित प्रेम " लिखते समय जननेन्द्रियों की अनॉटमी और फ़िज़ियालोजी-सम्बन्धी व्याख्या का देना आवश्यक था और मैथुन-सम्बन्धी सरल सचाइयों का साधारण उल्लेख ही काफी था, उसी प्रकार उपस्थित विषय पर विचार करने के लिये मैथुन के ढंग और संभोग-क्रिया-संबन्धी अधिक तात्विक बातों का देना आवश्यक है। मैथुन भौतिक विवाह रूपी फल का गूदा है। स्त्री और पुरुष के बीच जिस ढंग से संभोग-क्रिया की जाती है उस की छोटी छोटी बातों से दूसरी प्रतिक्रियाएँ उत्पन्न होती हैं। इन प्रतिक्रियाओं का विस्तार मानव-विचार और उद्योग की अनेक शाखा-प्रशाखाओं में हो जाता है।

"विवाहित प्रेम" में मैंने बताया है कि मैं क्यों चाहती हूँ कि मैथुन से पहले प्रेमालाप, आलिङ्गन और चुम्बन द्वारा पत्नी में काम-वासना को उत्तेजित कर लिया जाय और क्यों उसके लिए तथा उस के पति के लिए पूर्ण रूप से कामावेग का होना आवश्यक है। मेरी इस बात को प्राय: अब सब कहीं स्वीकार कर लिया गया है। अब सब कोई इस माँग को स्त्री का न्यायसंगत अधिकार मानता है। यह उन्नति के मार्ग पर एक बड़ा पग है। आज से दस वर्ष पहले यह माँग बड़ी धृष्टता समझी जाती थी। परन्तु अब मैं कुछ और अधिक चाहती हूँ। मैं चाहती हूँ, पति अपने आचरण को एक पग और आगे ले जाय। इस बार पत्नी की अपेक्षा पति ही को अधिक लाभ है। परन्तु जिस प्रकार विवाह-सम्बन्धी सभी दूसरी

बातों में होता है, इस में भी एक के लाभ में दोनों का लाभ है।

मेरी सम्मति में विवाहत जीवन में स्त्री-पुरुष के अनुराग को सदा बनाए रखने के लिए उन विविध शारीरिक दोषों को जड़ से उखाड़ डालना आवश्यक है जो लोग प्रायः करते हैं और जो लातीनी कहावत "मैथुन के बाद सभी उदास हो जाते हैं" के पीछे छिपे हुए हैं। सुहाग रात की नहीं वरन् कई वर्ष के स्थापित विवाहित जीवन की थोड़ी सी बातों की जाँच करने के बाद मैं आठवें प्रकरण में इस विषय को लूँगी।

दूसरा प्रकरण

दुर्लभ सन्तोष

"सुन्दर वस्तु सदा का आनन्द है"–कीट्स

"मनुष्य-प्रकृति कभी नहीं बदलती" यह मूर्खता-पूर्ण वचन बार बार हमारे कान में पड़ता है। इसलिये हमें यह स्मरण रहना चाहिए कि पालतू पशुओं के सिवा, जो मनुष्य के नौकर और मित्र हैं, कोई भी चेतन पदार्थ उतनी शीघ्रता से नहीं बदला जितनी कि मनुष्य-प्रकृति। कोई भी जंगली जीव, कोई भी "पशु-प्रकृति", ऐसी नहीं जो मनुष्य-प्रकृति के समान बदलती हो। चिउँटियाँ और मकड़ियाँ, मछलियाँ और गिलहरियाँ, और दूसरे सभी वनैले जीव अब भी लगभग वैसे ही हैं जैसे कि वे दस लाख वर्ष पहले थे, परन्तु जिन स्त्रियों और पुरुषों का पालन-पोषण

नगरों में हुआ है, जिनको अतीत युगों के विचारों का और साथ ही पृथ्वी के दूसरे पार्श्व में दो मिनट पहले बोले हुए शब्दों का ज्ञान है, क्या उनकी तुलना उनके उन पूर्वजों के साथ की जा सकती है, जो अभी अपनी वानर-अवस्था से बाहर आये थे, जो वृक्षों में रहते थे, और बोलना न जानने के कारण गलबल गलबल किया करते थे? इसका उत्तर सोचते ही उपर्युक्त वचन का झूठ प्रकट हो जायेगा। विचारहीन लोगों ने ही ऐसी मूर्खता की बातें फैला रक्खी हैं। जब "पढ़े-लिखे" लोग, जिनका बनावटी ढंग से शिक्षण हुआ है, जिनको ब्रह्माण्ड में मनुष्य के ठीक स्थान का ज्ञान नहीं, तोते की तरह "मनुष्य-प्रकृति कभी नहीं बदलती" की रट लगाते हैं, तो उनकी यह रट मनुष्य-समाज को झूठी बेड़ियों में बाँध रखने में ही सहायता देती है। आदि युगों का किसान उसके साथ काम कराने वाली स्त्री के प्रति, और मध्यकाल का राजा युद्ध में पकड़ी हुई शत्रु की पुत्री के प्रति जो पाशविक भाव रखता था, वह स्त्री-पुरुष-सम्बन्धी अनुराग की ऐसी रीति का द्योतक है जो वर्तमान युग की अनुराग-रीति से सर्वथा भिन्न है। वह "मनुष्य-प्रकृति" जो उस प्रकार के क्रूर सम्बन्धों को सहन कर सकती, वरन् उन में आनन्द ले सकती थी आज अधिकांश जातियों में मौजूद नहीं। देखिये इसमें कितना भारी परिवर्तन हो गया है। विकास ने इसे बदल कर एक श्रेष्ठतर रूप दे दिया है।

आज ही नहीं, वरन् पिछले सहस्रों वर्षों में भी "मनुष्य-प्रकृति" में इतनी विभिन्नता रही है कि इसके सम्बन्ध में कोई सामान्य नियम बनाना फूहड़पन है। तो भी मैं यह कहने का साहस करती हूँ कि समता और मृदु सुशीलता से प्रेम करने वालों की

संख्या अब है उतनी पहले कभी नहीं थी।

यद्यपि अतीत काल की अल्पायु सभ्यताओं में कहीं कहीं बहुत ऊँचे दर्जे के विकसित स्त्री-पुरुषों और ऐसे जीवनों का उल्लेख मिलता है जिनका आपस में लगभग मित्र और साथी का सा प्रेम था और जिन का आपस में मानसिक और आध्यात्मिक समझौता लगभग वैसा ही था जैसा कि अब स्त्री और पुरुष के बीच बहुधा पाया जाता है, परन्तु वे पुराने लोग अपने युग से आगे बढ़े हुए दल में से इक्के दुक्के थे। वर्तमान काल संसार के इतिहास में पहला काल है जबकि सारी प्रजा की एक बड़ी संख्या अपने को ऐसी मानसिक परिस्थिति में पाती है जिसके बिना प्रेम-परिणय संभव नहीं हो सकता।

फ़िनोट ने ठीक ही कहा था—"प्रियतमा स्त्री ने अपने आत्मा को बदल लिया है" और "जिन कारणों से स्त्री पर प्रेम किया जाता है वे प्रायः उन कारणों से भिन्न हैं जिनसे प्राचीन काल में किया जाता था। प्रेमक और प्रेमिका इस को देखते नहीं, परन्तु कान्त और कान्ता, अनादि काल से, अंधे होते आए हैं"।

मैंने बहुधा इस को प्रकट करने वाले एक शब्द की आवश्यकता अनुभव की है। शब्दकोश में स्थूल शरीर मिल जाने पर ही कोई विचार चेतना में जड़ पकड़ सकता है। स्त्री और पुरुष के बीच इस युग में जो संबन्ध है, चाहे वे पति-पत्नी हों और चाहे एक दूसरे पर आश्रित असंख्य दूसरी अवस्थाओं में से किसी एक में रहते हों—एक दूसरे के प्रति प्रणय-भाव, एक दूसरे के प्रति संमान-भाव जिस की तुलना आदि काल के लोगों के स्त्री-पुरुषसम्बन्ध में, या अत्यन्त भ्रष्ट लोगों के अधम जीवनों में बिलकुल नहीं मिलती—

उस के लिए एक साफ, ताज़ा, और सूक्ष्म शब्द की आवश्यकता थी। स्त्री और पुरुष के बीच इस उन्नत परस्पर क्रीड़ा के लिए मैंने प्रेम-परिणय नाम रक्खा है।

यह शब्द मैंने इस उद्देश्य से गढ़ा है कि यह तीनों—शारीरिक, मानसिक और आध्यात्मिक—क्षेत्रों में स्त्री और पुरुष के संबंध और संयोग को प्रकट करेगा। प्रेम-परिणय वह जीवन है जिसे हम लोग, जो स्त्री और पुरुष के बीच के सम्बन्ध को उन्नत और उपजाऊ बनाना चाहते हैं, एक आदर्श मानते हैं। मैथुन में तो मनुष्य और पशु दोनों समान है। स्त्री और पुरुष के बीच यह जो उन्नत प्रेम-क्रीड़ा है उसी को प्रेम-परिणय कहा जा सकता है। जो लोग शताब्दियों की मैली प्रतिध्वनियों से प्रसन्न होते हैं और अब तक भी कूड़ा-करकट में लोट रहे हैं, भद्दा और कीच से भरा हुआ शब्द "मैथुन" हम उनके लिए छोड़ते हैं।

इस भाव को मैं सुन्दर और निर्मल रूप में प्रकट करना चाहती हूँ। इस लिए मैं चाहती हूँ कि समुचित और पूर्ण रीति से विवाह-बंधन में बँधे हुए स्त्री-पुरुष की ताज़ा और सुन्दर भावना को प्रकट करने के लिए जो शब्द गढ़ा गया है वह उन मैले विचारों और नीच भावनाओं को निकाल कर उनका स्थान आप ले ले जो वर्तमान काल में "मैथुन" शब्द के साथ जोड़ दी गई हैं। यह सुन्दर भावना मूलतः इसी शताब्दी की विशेषता है। पहले समयों में स्त्री-पुरुष सम्बन्ध ने ऐसा श्रेष्ठ और निर्मल भाव ग्रहण न किया था। "मैथुन-सम्बन्धी बातों" से संसार का तंग आजाना ठीक है। यह शब्द ही घिनौना और दुखदाई है। यह अनेक पुराने विरोधों को खड़ा करता है। वह उत्तम वस्तु जो, प्रायः गुप्त रूप से,

उत्पन्न हो गई है, एक महान और सुन्दर सचाई है। यदि इसे स्वच्छ और ताज़ा चित्र देने वाले शब्द में, पुराने समय के विचारों और भावनाओं से अलग कर के, वर्णन किया जाय तो इस का आशय ज़ियादा अच्छी तरह से समझ में आ सकता है।

इस सारी पुस्तक में जहाँ जहाँ भी मेरा आशय अधिक उत्तम चीज़ होगा वहाँ मैं प्रेम-परिणय शब्द का प्रयोग करूँगी। यदि शब्दार्थ-कोष में इस शब्द के अर्थ लिखने हों तो वे यों होंगे—"सुसंस्कृत समाजों में, पति-पत्नी रूप से रहने वाले स्त्री-पुरुषों के जोड़ों के बीच, वह सारा सम्बन्ध जिस के अन्तर्गत भौतिक, मानसिक, और आध्यात्मिक जीवन में उनका एक दूसरे के साथ प्रेम-विलास और अन्योन्य आश्रित दशाएँ हैं।"

स्त्री और पुरुष की जननेन्द्रियों का एक दूसरे के अनुकूल होना आवश्यक* है। इस के बिना वे एक दूसरे में हर्षोन्माद और आह्लाद उत्पन्न नहीं कर सकते। शारीरिक समता हो तो स्त्री और पुरुष के प्रेम के सभी उच्चतर रूप उस हर्षोन्माद को प्रगाढ और प्रचण्ड कर देते हैं। परन्तु जिन जोड़ों में शारीरिक साम्य नहीं वहाँ इन से कठिनाइयाँ और भय बढ़ जाते हैं। मैं शरीर सम्बन्धी बातों पर केवल इस लिए ज़ोर दे रही हूँ कि इतनी देर तक इनकी उपेक्षा की जाती रही है—इन पर किसी ने ध्यान नहीं दिया—और इनको यथार्थ रूप में प्रकट नहीं किया जाता रहा। संयोग-क्रिया को सुख-

---

* इस असमता को दूर करने के लिए काम-शास्त्र के प्राचीन आचार्यों ने जो उपाय बताये हैं उनका सविस्तर वर्णन मेरी पुस्तक "रति-विज्ञान" (साहित्य-सदन, लाहौर, द्वारा प्रकाशित) में देखिए। संतराम।

दायक और फलदायक बनाने वाले स्त्री और पुरुष के बीच दाम्पत्य जीवन के भौतिक आधार का ज्ञान थोड़े से विशेषज्ञों के सिवा और लोगों में अब नहीं मिलता। खेद है कि रुग्ण, अस्वाभाविक और दुःखी मनुष्यों के निरन्तर संसर्ग से, ये सब विशेषज्ञ भी प्रायः संमार्ग से भटक गए हैं। वे भी अब दूर के परिणाम को नहीं देख सकते। कारण, नीरोग शरीर और स्वस्थ मन वाले लोगों के लिए आरोग्यजनक सचाई और यथार्थ चिन्तन का मिलना दुर्लभ हो रहा है। मानव-जीवन के प्रत्येक रूप में स्त्रियों और पुरुषों को एक दूसरे की आवश्यकता है। सामाजिक और समाज के अर्द्ध-बौद्धिक व्यवसायों में, संगीतालयों में, विश्वविद्यालयों, कार्यालयों, क्लबों, और अधिक निकटता से नाचों और व्यायाम-शालाओं में स्त्री-पुरुषों के केवल मेल-मिलाप ने आज दोनों को वह चीज़ बहुत सी दे दी है जो कि बहुत आवश्यक है, और जो, अतीत काल में, केवल विवाह से ही उनको प्राप्त हो सकती थी। आधुनिक जीवन स्त्रियों और पुरुषों को आपस में बेरोक-टोक और कसरत से मिलने-जुलने का मौका देता है। इस से दोनों को लाभ हुआ है। "पुत्री-पाठशाला" में पढ़ाने वाली पुराने फैशन की अध्यापिका की अवस्था ही को ले लीजिए। बचपन में ऐसी ही एक अध्यापिका ने मुझे बताया था कि जब वह जवान थी तो किसी पुरुष के उस के कमरे में घुस आने से ही उस के शरीर में कँपकँपी और घबराहट उत्पन्न हो जाती थी। जो लोग बस्ती से दूर जंगल में काम करने जाते हैं और जिन्हें स्त्रियों से मिलने का मौका नहीं मिलता उन में से कुछ ने मुझे बताया है कि खेत में किसी बूढ़ी स्त्री के दर्शन कर के ही किस प्रकार स्त्री से मिलने की उन की लालसा

नहीं तो किसी कदर तृप्त तो अवश्य हो जाती है। वे कई मील की यात्रा करके भी उस के पास पहुँचते हैं ताकि रसोई में उस के निकट बैठ सकें। मैंने एक सिद्धान्त निकाला है। वह अभी अधकच्चा है। वह अभी शायद इतना अनिश्चित और कच्चा है कि उस का उल्लेख करना भी ठीक न हो। वह यह है कि स्त्रियाँ और पुरुष एक दूसरे पर असर डाल सकते हैं, एक दूसरे को बढ़ा सकते हैं, और किसी हद तक एक दूसरे में घुस सकते हैं। ये काम वे एक सूक्ष्म रीति से करते हैं। उस रीति का निर्भर स्त्री और पुरुष की अपनी अपनी विशेष वैद्युतिक या चुम्बकीय शक्ति की लहरों पर है। इन चुम्बकीय लहरों का प्रभाव स्त्री और पुरुष दोनों पर होता है। अलबत्ता ये दिखाई नहीं देतीं और इन पर प्रायः कोई ध्यान भी नहीं देता। मैं समझती हूँ, ऐसी सूक्ष्म शक्तियाँ मनुष्य के जीवन में बड़ा महत्वपूर्ण कार्य करती हैं। जहाँ केवल स्त्रियाँ ही स्त्रियाँ इकट्ठी मिल कर रहती हैं और उन से पुरुषों का स्वाभाविक मेल-जोल नहीं होता, या जहाँ केवल पुरुष ही पुरुष रहते हैं और स्त्रियाँ उन से नहीं मिलतीं, वहाँ एक प्रकार की अस्वस्थता और अस्वाभाविकता उत्पन्न हो जाती है। मैं समझती हूँ, इस का एक कारण संभवतः यही सूक्ष्म लहरें हैं। जिस समाज में स्त्रियाँ और पुरुष आपस में मिलते हैं, वहाँ अनजाने ही उन की सूक्ष्म चुम्बकीय लहरों का आपस में अदला-बदला होता रहता है। इस का बड़ा स्वास्थ्य-वर्धक प्रभाव पड़ता है। इस लिये स्कूल, कन्या-पाठशालाएँ, लड़ाई में गई हुई सेनाएँ इत्यादि जन-समुदाय, जहाँ केवल पुरुष ही पुरुष या केवल स्त्रियाँ ही स्त्रियाँ होती हैं, उस पुष्टिकर प्रभाव से वंचित रह जाते हैं।

आज कल आधुनिक सामाजिक जीवन में स्त्रियों और पुरुषों को आपस में मिलने का जितना मौका मिलता है उतना पहले न मिलता था। एक प्रकार से केवल इसी एक बात से विवाह पर दबाव पड़ता है। कारण, सम्भोग और सन्तानोत्पत्ति को छोड़ कर और कोई भी ऐसी चीज़ नहीं जिस के लिए लोग पहले विवाह किया करते थे और जो अब हमारे सामाजिक जीवन में प्राप्त नहीं हो सकती। इस लिए विवाह-बन्धन को स्थायी और सुखदायक बनाने के लिए उस के आवश्यक और गम्भीर अङ्गों पर आज पहले से भी अधिक ज़ोर देने की ज़रूरत है।

आधुनिक काल में पाश्चात्य देशों में स्त्रियाँ और पुरुष आपस में मित्र बनते हैं, एक दूसरे के साथ मिल कर काम करते हैं, व्यापार में और सभ्य जीवन के प्रायः प्रत्येक रूप में उन का आपस में मेल-जोल होता रहता है। इस लिए अब वहाँ विवाह करने के लिए केवल एक ही कारण रह गया है और वह है दोनों को संभोग की आवश्यकता और उस से मिलने वाला आनन्द।

यदि पति-पत्नी विवाह-सम्बन्ध में एक दूसरे में पूरी तरह से घुल-मिल जायँ—और यदि वे ठीक ढंग से काम करें तो यह बात अपने आप हो जाती है—तो लोगों के जीवनों को प्रायः दूभर बना देने वाली छोटी छोटी विपत्तियों के पर्वत गायब हो जायँगे, धुएँ की तरह उड़ जायँगे। डाह, और उस के साथी भद्दापन, कड़वापन और असन्तोष को पाँव जमाने के लिए जगह न मिलेगी। डाह उत्पन्न ही कैसे हो सकता है जब अपने जीवन का साथी जो कुछ करता है, जो कुछ है, और

रखता है, वह सब शरीर द्वारा सुख पहुँचाने से, अपना ही एक अंश बन गया है ? सुखी जोड़ों के जीवनों में उस क्षुद्र सामाजिक गप और अरुचिकर निन्दा को जो, रोग-फैलाने वाली मक्खियों के झुंड के सदृश डाह और कटुता समाज पर छोड़ देते हैं, सुनने के लिए न समय होता है और न प्रवृत्ति ही। उदाहरण के लिये, मैं एक ऐसे विवाहित जोड़ को जानती हूँ जो सच्चे प्रेम के कारण आपस में दो शरीर और एक आत्मा बने हुए हैं। वे एक दूसरे से अलग हो कर जुदा जुदा मुहिमों पर गए। पुरुष को तो अपनी मुहिम में दो मास तक एक युवती स्त्री के साथ एक पहाड़ी कुटी में रहना पड़ा। वहाँ वह बड़ी ऊँचाई पर चुम्बकीय पर्यवेक्षण (Magnetic observations) करता था। उन दो मास में उस कुटी में उन के सिवा और कोई तीसरा व्यक्ति न था। और पत्नी एक भिन्न साइन्स-संबंधी खोज में पुरुषों के एक दल के साथ घूम रही थी। पति-पत्नी में से किसी एक ने भी अपनी मुहिम के साथियों के साथ संभोग का विचार तक भी नहीं किया—किसी ने एक दूसरे पर संदेह तक नहीं किया। मुहिमों से लौटने पर वे दोनों आपस में दुल्हा और दुलहिन की तरह मिले। सच्चा प्रेम दो आत्माओं को मिला कर एक और निर्मल कर देता है। शारीरिक संयोगों से उन का आपस में अदला बदला होता रहता है। यहाँ तक कि उन के जीवन जुड़ कर एक हो जाते हैं। इसी बात को थोड़े शब्दों में और गहरी सचाई के साथ बाइबिल में इस प्रकार प्रकट किया गया है—"वे दो मिल कर एक शरीर होंगे।"

"विवाहित प्रेम" को प्रकाशित हुए दस वर्ष होते हैं। यह लंबा काल इतनी शीघ्रता से बीता है कि पुस्तक को छपे केवल कुछ

सप्ताह ही जान पड़ते हैं। इस पुस्तक के छपने से संसार के प्रत्येक देश से मुझे असंख्य माँग, अपीलें, और पूछें आई हैं कि मैं विवाह की गहरी जाँच करूँ। इन दस वर्षों में मैंने मनुष्य-जीवन के संबंध में अनेक सचाइयाँ इकट्ठी की हैं। और उन में से मैं इस सचाई पर विशेष रूप से बल देना चाहती हूँ कि विवाह में स्थायी सुख, स्थिरता और स्वास्थ्य का निर्भर पति-पत्नी की उचित शारीरिक व्यवस्था और संयोग में उचित आसन के प्रयोग ❀ पर है। विवाह-संबन्ध दूसरे सभी संबंधों से भिन्न है। यह बाकी सभी प्रीति-संबंधों से निराला है और सदा होना भी चाहिये। सुखी अवस्थाओं में विवाहित जोड़ा मिल कर घर का प्रबंध करता है; परन्तु वास्तव में गृह-प्रबंध का यहाँ कुछ भी संबंध नहीं। विवाह का कारण हृदय होना चाहिये न कि घर।

आज कल उपन्यासों, नाटकों और गल्पों का बड़ा रिवाज है। इन में कभी कभी लिखा मिलता है कि पति-पत्नी किसी तुच्छ से कारण से एक दूसरे से अलग हो गए—क्योंकि स्त्री कठिन शब्दों का उच्चारण करना नहीं जानती थी, या वह अपने पति के साइंटिफिक या कौशल-पूर्ण व्यवसाय की परवा नहीं करती थी। मुझे निश्चय है कि वास्तविक जीवन में कभी किसी ऐसे कारण ने उस जोड़े को

❀ समरत ही सब से अधिक सुख-फलदायक होता है। समरत के लिये किन किन बातों की आवश्यकता होती है और स्त्री-पुरुष की जननेन्द्रियों के छोटा-बड़ा होने पर भी समरत कैसे हो सकता है; इस के लिये देखिये मेरी पुस्तक "रति-विज्ञान" (साहित्य-सदन,
का 'सम्प्रयोग' नामक प्रकरण। संतराम।

जुदा नहीं किया जिन के शरीर आपस में एकतान थे—जिन की जननेन्द्रियों का अनुपात ऐसा था कि संयोग में दोनों को पूर्ण सुख मिल सके। जहाँ मैथुन की क्रिया ठीक तौर पर होती है—जहाँ पति-पत्नी में समरत की अवस्था है—वहाँ जोड़े का चाहे मत-भेद हो, चाहे संसार की प्रत्येक बात पर उन के विचार एक दूसरे के विपरीत हों, फिर भी वहाँ कभी चिड़चिड़ापन या खिजावट नहीं होगी, न क्रोध के दृश्य देख पड़ेंगे और न अलग अलग हो जाने की इच्छा ही उत्पन्न होगी। वे एक दूसरे के मत-भेदों से आनन्द लेंगे। इस के विपरीत, मैं निश्चय-पूर्वक कह सकती हूँ कि उन दोनों के दूसरे गुण, कर्म और स्वभाव चाहे कितने ही मिलते हों, यदि संभोग-क्रिया ठीक ढंग से नहीं होती, यदि उन की जननेन्द्रियों की लंबाई और चौड़ाई एक दूसरे के अनुकूल नहीं, यदि वे मैथुन के आधारभूत नियमों को नहीं जानते, तो दूसरी सभी बातों में एकतानता और अनुकूलता उन्हें कुछ भी लाभ न पहुँचायगी। उन के मन एक दूसरे से फट जायँगे और उन में एक दूसरे को छोड़ देने की प्रबल लालसा उत्पन्न हो जायगी। फिर वे किसी बाह्य निमित्त से ही इकट्ठा रहना सहन करेंगे।

बहुत दिन हुए बालज़क ने बहुत ठीक कहा था—"जो पति और पत्नी अलग अलग कमरों में सोते हैं वे या तो दो जुदा जुदा प्राणी हैं जिन का आत्मा एक नहीं, या उन्हों ने आनन्द प्राप्त कर लिया है। या तो वे एक दूसरे से घृणा करते हैं या एक दूसरे की पूजा करते हैं।" (*The Physiology of Marriage,*

Engl., privately printed, 1924)

इस प्रकरण में हम यह बात पहले ही मान लेते हैं कि वे एक दूसरे का पूजन करते हैं। हम यह भी मान लेते हैं कि हम बड़े मृदु भाव से उन को देख रहे हैं। देखने वाले की आँख के एक कोने के निकट सहानुभूति का एक आँसू आ दबकेगा। कारण, पूजा पवित्र है, और अनन्द से सहृदय व्यक्ति के नेत्रों में जल आ जाता है।

हम भाग्यवान जोड़ों को बाल-बच्चों से सुखी देखते हैं। बच्चे के गुलाबी गालों पर मोती सी आँसू की बूँदों का लुढ़कना और उस का प्रतिक्षण दिव्य दृष्टिपात—इस सुन्दर दृश्य का आनन्द हम उन के साथ लेते हैं। अपने सम्बन्ध में या अपनी कठिनइयों के संबन्ध में विचार करने के लिए इस प्रेममय दम्पति के पास समय ही नहीं। जवानी की लहरें उन्हें बहाए लिए जाती हैं। एक के बाद दूसरा और दूसरे के बाद तीसरा बच्चा उत्पन्न होता है। वे प्रत्येक का बड़े प्रेम से स्वागत करते हैं। इस काल में उन्हें जितना आनन्द और जितनी दिलचस्पी होती है, इन वर्षों में उन का मन जितना आशाओं और उमंगों से भरा रहता है उतना पहले कभी नहीं था।

मैं ने अपनी रेडियएट मदरहुड* नामक पुस्तक में जो परापर्श दिया है उस पर चलने से गर्भिणी का गर्भ-काल यथा-संभव सुगम हो जाता है। बच्चे जल्दी जल्दी न पैदा होते रहें; माता-

---

* इस का हिन्दी-अनुवाद "दम्पति-परामर्श" नाम से हिन्दी-भवन, लाहौर ने प्रकाशित किया है।

पिता की इच्छा के अनुसार ही उचित अन्तरों पर गर्भ ठहरे, इस के उपाय मैं ने अपनी "कॅण्ट्रासॅपशन"* में सविस्तर दिए हैं। इस लिए जिन आवश्यक बातों का वर्णन उन दोनों पुस्तकों में हो चुका है उन का उल्लेख मैं यहाँ नहीं करूँगी। मैं मान लूँगी कि उन सब परामर्शों पर ठीक तरह आचरण किया जा रहा है।

इस गहरी शारीरिक एकता से घर की उत्पत्ति होती है। इसी से घर के सारे आध्यात्मिक सुख और भौतिक सुभीते मिलते हैं। बच्चों का पालन-पोषण केवल माता और पत्नी का ही काम नहीं। पिता और पति को भी उस में वैसा ही भाग लेना चाहिए। जो बच्चे पति-पत्नी के प्रेम और संसार में अपना प्रतिनिधि देखने की उन की लालसा से उत्पन्न होते हैं उन से माता-पिता के मानसिक और आध्यात्मिक विकास में सहायता मिलती है। इस लिये घर और उसको जन्म देने वाला गहरा प्रेम चिरस्थायी हो जाता है, चाहे रोग या विपत्ति माता-पिता को संभोग करने से अस्थायी रूप से रोक दे। परन्तु इस बात को भूल न जाना चाहिये कि घर को प्रेम तभी जन्म दे सकता है और तभी वह बना रह सकता है जब पति-पत्नी में प्रगाढ़ अनुराग हो।

पुरुष और स्त्री को एक दूसरे की आवश्यकता है। इस आवश्यकता को यदि बढ़िया ढंग से कहा जाय तो वह पुरुष को किसी स्त्री की या स्त्री को किसी पुरुष की आवश्यकता नहीं, वरन्

---

* इस पुस्तक का अनुवाद "दम्पति-मित्र" नाम से मैं ने कर दिया है। वह साढ़े तीन रुपये में सरस्वती आश्रम, हास्पीटल रोड, लाहौर से मिलता है। सन्तराम।

यह प्रत्येक व्यक्ति को अपने जोड़ीदार की आवश्यकता है। यह ज़ोड़ीदार—स्त्री का पुरुष और पुरुष की स्त्री—प्रत्येक के अस्तित्व में दिन पर दिन गहरा घुसता जाता है, यहाँ तक कि दो मिल कर एक हो जाते हैं। इस प्रकार वे दो जुदा जुदा व्यक्तियाँ न रह कर एक "जोड़ा" बन जाते हैं। इसी का नाम दो शरीरों में एक आत्मा है।

जो राष्ट्र स्थिरता, दृढ़ता और निरन्तर सत्ता का अभिलाषी है उस के सामाजिक संगठन में इस प्रकार दो जीवनों का आपस में ओत प्रोत होकर एक हो जाना नितान्त आवश्यक है। हमारे अनेक प्रचलित कानून और रिवाज भी इस बात को गड़बड़ रीति और अनजाने ढंग से स्वीकार करते हैं। परन्तु दुर्भाग्य से इस समय "उन्नत" लोगों का झुकाव दो आत्माओं के गहरे मिलाप के स्थान में उन को अलग अलग करने की ओर है। मेरी समझ में यह पीछे की ओर गति है। मुझे आशा है, यह मानसिक विकास का एक रूप है, बिना सोचे समझे जल्दी से बनाए हुए अनुमानों का परिणाम है, पुरानी बोतलों में नई शराब डालने से पैदा हुआ उफान है। जब बुद्धि के पास पर्याप्त फालतू बातें नहीं होतीं और वह किसी युग-युगान्तर की पुरानी मौलिक सचाई को उलटने का यत्न करती है तो इस से बहुधा मूर्खता-पूर्ण भूल हो जाती है। बुद्धि, वास्तव में, प्रायः सदा ही भूल करती है। तो भी यह बहुधा घमंड से अकड़ी रहती है, यहाँ तक कि अगले दस वर्ष में उस के अनुमानों का खंडन हो जाता है। तब घमंड का एक नया अङ्कुर निकलता है। वह भी दो दिन लहराता है। तब एक अधिक सावधान शास्त्रीय विचार और खोज आकर यह सिद्ध कर देती है कि अन्त को प्राचीन सचाई ही बिल-

कुल ठीक थी, और कि मनुष्य-समाज अपने पुराने पक्षपातों औ
पसन्दों को रख सकता है, क्योंकि बुद्धि अब उसे विश्वास दिलाती
है कि वे ठीक हैं।

इस का एक उज्ज्वल दृष्टान्त आपको मक्खन के प्रति सी
सादी गिरिस्तन और साधारण अपढ़ मनुष्य के भाव में देख पड़ेग।
कोई पन्द्रह बीस वर्ष हुए आधुनिक विज्ञान ने मार्जरीन का आवि
ष्कार कर के आकाश सिर पर उठा लिया था। मार्जरीन एक प्रक
का नकली मक्खन होता है। वैज्ञानिकों ने कहा कि मार्जरीन असल
मक्खन की जगह ले सकता है। वे गिरिस्तनों को ज़ोर देते थे कि
घर में मक्खन की जगह इसी का उपयोग करो, क्योंकि यह मक्ख
ही के समान लाभदायक है। जिन लोगों ने कुछ शिक्षा पाई थी—
जिन की बुद्धियाँ मेरी राय में उन के अतीव भीतरी सहज ज्ञान व
बात सुनने से बन्द हो गई थीं—उन को इस से बहुत हर्ष हुआ
इस का परिणाम यह हुआ कि उच्च श्रेणी और मध्यम श्रेणी वे
लोगों के घरों में माताएँ बच्चों को भी मार्जरीन (नकली मक्खन
देने लगीं, यद्यपि उनकी रसोई बनाने वाली अशिक्षित नौकरानियों
की धमकी के डर से उन्हें रसोई के लिए मार्जरीन देने क
साहस न होता था। उन दिनों "पञ्च" आदि अँगरेज़ी के
विनोदी पत्रों में मखौल छपा करते थे कि किस प्रकार अशिक्षित
नौकरानियाँ मक्खन माँगती हैं और उनको देना पड़ता है, जब कि
ऊँचे दरजे के लोग मार्जरीन माँगते हैं। परन्तु ज़रा गहरी खोज
करने पर विज्ञान ने क्या देखा? उसने देखा कि रसोई बनाने
वालियाँ, साधारण व्यक्ति और सीधी-सादी गिरिस्तनें ठीक कहती
थीं। मक्खन में सूक्ष्म परन्तु अतीव महत्वपूर्ण विटामीन होते हैं।

जो मार्जरीन बाज़ार में मिलती है वह मक्खन का काम नहीं दे सकती, क्योंकि उसमें केवल रासायनिक तेल ही होते हैं। उस में उन बहुमूल्य विटामीनों का सर्वथा अभाव है जो छोटे बच्चों के लिए नितान्त आवश्यक हैं। आज सुशिक्षित मनुष्य खुशी से "विटामीन" का नाम लेता है। मक्खन की अब फिर वही कदर हो गई है जो सौ वर्ष पहले अशिक्षित गिरिस्तन के मन में थी।

यही बात मानवी प्रेम की है। सुन्दर और बढ़िया प्रकार के मनुष्यों का युग-युगान्तर से चला आने वाला सहज ज्ञान आजन्म प्रेम और सदा बनी रहने वाली एकपत्नी और एकपति-भक्ति को ही पसन्द करता है। यह पति-पत्नी-भक्ति युवाकाल में एक अद्भुत कथा का रूप धारण करती है। विवाह के आरम्भिक काल में यह उल्लास-जनक और शान्त वृद्धावस्था में परिपक्व होती है। यह आदर्श अवश्य कायम रहेगा चाहे यह धार्मिक यतियों की मलिनता से मैला हो जाय, चाहे सामाजिक जीवन की कठिनाइयाँ और खराबियाँ चारों ओर से इस पर धावा करें, चाहे फूल में दबका हुआ कीट इसे बीचों बीच खा डाले, चाहे शरीर-शास्त्र-संबन्धी सत्य को न जानने के कारण इस के हृदय को घुन खा रहा हो, और चाहे "बुद्धिमान", या "ज्ञानोन्नत" लोग जो मनुष्य-समाज को इस से "ऊँचा" बनने के लिये उत्साहित करने का यत्न कर रहे हैं, इस पर नाक चढ़ाते हों। परन्तु मुझे निश्चय है और मेरा विश्वास है कि इस के शत्रुओं के दिन अब बीत चुके या लगभग हो चुके। उन को देख कर मुझे वाल्टर बेजहॉट के ये शब्द याद हो आते हैं, [फ़िज़िक्स एण्ड पालिटिक्स, लंडन, बिना तारीख, नया संस्करण]

"एक अफ्रीकन सरदार की एक बड़ी कहानी है। वह एक

होने पर बड़ी घृणा प्रकट करता हुआ कहा करता था कि यह "बन्दरों की सी बात" है। मनुष्य के अर्द्ध-पशु पूर्वज यदि आ मौजूद होते तो अधिक संभव यही है कि उन में वही पतिव्रत अ पत्नीव्रत होता जो अफ्रीकन सरदार और उस जैसे दूसरे लोग र चुके थे।"

कदाचित् हमारा इतना विकास हो चुका है कि हम उच्च बौद्धिक कारणों से फिर एकपति और एकपत्नीव्रती बनें। जो हो, साइंस ने इस बात को दिखलाना शुरू कर दिया है कि पुरा आदर्श ठीक है। इस आदर्श का आधार शरीर-शास्त्र पर है। इ कारण यह स्थायी रूप से पथ्य और हितकर है। इसका ठोस मूल है। मुझे आशा है कि फैशन का चक्र शीघ्र ही वस्तुतः उन्नत विचा की ओर घूमेगा। वह इस बात को स्वीकार करेगा कि विवाहि जोड़ा दो मनुष्यों के संयोग से बनी हुई एक सत्ता है। इस संयो को अद्भुत प्रेम ने उत्पन्न किया है, परन्तु इस का पालन-पोषण वृद्धि और पुष्टि सच्चे प्रेम-परिणय के बहुसंख्यक रूपों ने की है।

सेंटपाल ने भी इस बात को स्वीकार किया है। वह कहता है— "एक मौसम के सिवा तुम दोनों में से एक का दूसरे को ठगन अच्छा नहीं।" जिस घर में दूसरे को बहुत अधिक ठगा जाता है वह थोड़ा सा अस्वाभाविक बनने की ओर झुका हुआ है—वह एव ऐसे विवाह के गिर्द बना हुआ है जो जोखिम में पड़ने लगा है।"

डाक्टर डब्लयू. एफ., रोबी अमेरिकन काम-शास्त्रियों में सब से बुद्धिमान और सब से अधिक सहायक है। सन् १९१८ में मैंने "विवाहित प्रेम" और "वाइज़ पेरएट हुड" में स्त्री-पुरुष के सम्बन्ध के विषय में जो बातें लिखी थीं उन की वह पुष्टि करता है।

वरन अपनी "सेक्स एण्ड लाइफ़" नामक पुस्तक में सन् १९२० में वह अधिक बल और स्पष्टता के साथ कहता है—"जो लोग ध्यानपूर्वक देखने के स्थान में सिद्धान्त गढ़ते रहते हैं उन में यह भावना पाई जाती है कि पति और पत्नी को केवल सन्तान उत्पन्न करने के लिये ही संभोग करना चाहिये। जो स्त्री विवाह करने जा रही है उसके लिए इससे बढ़ कर भ्रान्त, अनिष्टकर, या हानिकारक विचार और कोई नहीं हो सकता।......पति और पत्नी का संभोग सामाजिक दृष्टि से भी उतना ही आवश्यक और न्याय-संगत है जितना कि सन्तानोत्पत्ति की दृष्टि से।"

ज्यों ज्यों वर्ष बीतते हैं, बहुधा विवाह के इस रूप की (जो कि वास्तव में विवाह का सारभूत है) अवहेलना की जाती है या किसी तरह से इसे खराब कर दिया जाता है। इस में कुछ भी संदेह नहीं कि बहुत से विवाहों में दस या इस से भी कम वर्षों के बाद कोई घटना, हिचक, गलतफहमी; रोग, या अज्ञान मैथुन की पूर्ण एकतानता में प्रायः हस्तक्षेप कर के सदा के लिए इस की आशाओं और सुखों को घटा या नष्ट कर देता है।

अगले प्रकरणों में जिन बातों का वर्णन है उन में से अनेक ऐसी हैं जो प्रायः प्रत्येक विवाह में पैदा हो जाती हैं। यदि ज्ञान-पूर्वक उन को सुलझाया न जाय तो डर रहता है कि वे विवाह की आधार-शिला ही को न नष्ट कर दें।

तीसरा प्रकरण

अतिशय "पुंस्त्व"

"अच्छी वस्तु की भी अति हो सकती है"—कहावत

अनेक स्त्रियों के जीवन केवल इस कारण दूभर, वरन् थोड़े बहुत अस्वाभाविक, वन जाते हैं, क्योंकि उनमें जितनी संभोग-शक्ति है, जितनी वार वे अपनी इच्छा से और सुख से मैथुन कर सकती हैं, उससे वहुत अधिक वार उनके प्रति उनके साथ करना चाहते हैं। उदाहरणार्थ, कई ऐसे पति हैं जो रोज़ एक से अधिक वार संभोग करने पर हठ करते हैं। पर शायद सामान्य पुरुष की यह अवस्था नहीं। यदि सच्चे प्रेम से प्रेरित होकर भी इस प्रकार अधिक संभोग किया जाय तो इस का परिणाम प्रायः यह

होता है कि स्त्री "पुरुष की गुलाम" बन जाती है। इसके विपरीत, यदि घर में काम-वासना की तृप्ति न होने से, पति मजबूरन व्यभिचार में फँस जाता है तब भी स्त्री को भारी दुःख होता है। स्त्री को संयोग में जो सुख मिल सकता है वह इस प्रकार उसकी शक्ति से बाहर मैथुन करने से दुर्बल बलकि मुर्दा हो जाता है। पति जब पत्नी की आवश्यकताओं और प्रयोजनों की कुछ भी परवा न कर बार बार मैथुन करता है तो स्त्री में अपने आप संभोग की इच्छा का पैदा होना बन्द और उसका सुरत-सुख नष्ट हो जाता है। इस से उसके स्वास्थ्य की हानि होती है।

हो सकता है कि पति-पत्नी में एक दूसरे के प्रति अतीव सच्चा प्रेम हो। उन में से प्रत्येक दूसरे के सुख के लिये पूरा पूरा यत्न करता हो। एक दूसरे को छोड़ जाने का उन को विचार तक भी न होता हो। फिर भी पति में अतिशय स्वाभाविक पुंस्त्व होने के कारण पत्नी के स्वास्थ्य और सुख में बाधा पड़ने से उनकी शान्ति और एकतानता जोखिम में पड़ जाती है। अनेक स्त्रियाँ वीरता से इसका मुकाबला करती हैं और स्वाभाविक तथा अपने आप पैदा होने वाली प्रसन्नता के साथ रोज़ की क्रिया करती हैं। पर वास्तव में यह प्रसन्नता वह नहीं होती जो उन्हें इस से कम बार मैथुन करने से प्राप्त होती है। प्रेम जैसे महान् मन्दिर के लिए दम्भ कोई उपयुक्त नींव नहीं। जहाँ जहाँ सम्भव हो एक दूसरे की व्यवस्था* के लिए कुछ

---

* इस संबन्ध में मेरी पुस्तक, "रति-विज्ञान", (साहित्य-सदन, लाहौर) का "सुरत-अधिकार" नामक प्रकरण (पृष्ठ १२०—१३१) बहुत सहायक सिद्ध होगा। सन्तराम

अधिक वास्तविक करना चाहिए। यहाँ मैं वही बातें दुहराना न
चाहती जो मैंने "विवाहित प्रेम" के पाँचवें प्रकरण में कही हैं, पर
इतना कहूँगी कि यदि किसी जोड़े की मैथुन-संबन्धी आवश्यकता
एक न हों तो वह उस प्रकरण का अध्ययन करे और उसमें लि
शिक्षाओं पर सचमुच चलने का यत्न करे।

कुछ ऐसे पुरुष भी होंगे जिनमें 'पुंस्त्व' इतना अधिक है
उन को उस प्रकरण में दी हुई शिक्षा पर आचरण करना कठि
मालूम होता है। तब क्या करना चाहिए ?

बहुत कुछ पुरुष की आयु और उसके बने हुए स्वभावों
निर्भर है। यदि पुरुष जवान और बहुत कामी है, उसका विवाह हु
थोड़े वर्ष हुए हैं, और अपनी पत्नी से वह सचमुच प्रेम करता
और उन दोनों में सहानुभूति और ज्ञान बढ़ रहा है और संयोग
अनुभव से मिलने वाली दृढ़ता में वृद्धि हो रही है, तो वह अ
आप ही, संभोग द्वारा उसकी प्रकृति के तृप्त हो जाने से, कम मैथु
करने लगेगा। यदि वह अपने शरीर को काबू में रखने की निश्चि
रूप से इच्छा करेगा तो ज्यों ज्यों वर्ष बीतते जायँगे उसकी का
कता भी शान्त होती जायगी।

मैं इस परिणाम पर भी पहुँची हूँ कि यह प्रचण्ड का
वासना, जो आरम्भ में कभी भी तृप्त न होने वाली जान पड़ती
बहुधा संभोग में पर्याप्त पोषण न मिलने का ही फल होती है
इस से पुरुष की अवस्था वैसी ही होती है जैसी कि मैथुन
भूखी स्त्री की। परन्तु स्त्री की इस भूख की अपेक्षा पुरुष की इ
संभोग-क्षुधा को दिखलाना कम आसान है। इस लिए जो पु
अपने को इस दशा में देखते हैं उन से मैं इस प्रकरण को ध्या

पूर्वक पढ़ने और विचार करने को कहती हूँ। जिस प्रकार यह स्त्रियों में दिखलाई जा सकती है वैसे पुरुषों में नहीं दिखलाई जा सकती, तो भी यह मानने को मेरा जी चाहता है कि स्त्री और पुरुष दोनों में मैथुन के गहरे परिणामों में प्रायः घनिष्ठ समानता है। मुझे यह भी विश्वास है कि कुछ पुरुषों में अपरिमित काम-वासना होने का कारण यह होता है कि वे सचमुच भूखे होते हैं। संभोग में जो गहरी तृप्ति होनी चाहिए वे उन्हें नहीं होती, क्योंकि वे हरबार जेवनार में से केवल एक ग्रास ही झपट कर ले जाते हैं। यहाँ इसी पुस्तक का आठवाँ प्रकरण भी देखिए।

जिन आवश्यक बातों पर वहाँ विचार किया गया है उनके अतिरिक्त बार बार उत्पन्न होने वाली मैथुन की लालसा को कम करने में थोड़ी सी सहायता देने वाले अनेक बहुत सादा क्रियात्मक उपाय भी हैं। तन्दुरुस्त पुरुषों को रोज़ ठंडे पानी से स्नान करने की सिफारिश चिरकाल से की जाती है। इस के सिवा पुरुष को चाहिए कि रोज़ लिङ्ग के अगले भाग पर से चमड़े को पीछे हटाकर साबुन और पानी के साथ उसे साफ करे और साथ ही रोज़ फालतू जोश को दबाने का दृढ़ संकल्प करे। कौन कौन सी चीज़ें उसकी काम-वासना को भड़काती हैं, इसका निश्चय प्रत्येक पुरुष को अपने लिए आप करना चाहिए, क्योंकि काम-वासना को भड़काने वाले चित्र और भावनाएँ इतनी अगणित हैं कि प्रत्येक पुरुष अपने लिए आप ही ठीक तौर पर सोच सकता है कि उसे किन किन बातों से बचना चाहिए।

इस के विपरीत, यदि पुरुष पैंतीस या इस से भी बड़ी आयु

का है, और उसका विवाह हुए कुछ वर्ष हो चुके हैं, और अब भी वह पत्नी की किसी सुन्दर दशा को देख कर, जो उसको विशेष रूप से आकर्षित करती है, दिन में कई बार कामवासना की उकसाहट से पागल सा हो जाता है, तो संभवतः उसे डाक्टर को दिखाने की आवश्यकता है। हो सकता है कि वह श्रीयुत ब के सदृश हो। ब महाशय की पत्नी को मैं बहुत अच्छी तरह से जानती थी। आज से कुछ वर्ष पहले की बात है। उन दिनों लंबे रेशमी मोज़ों का बहुत कम रिवाज था। श्रीयुत ब अपनी पत्नी की रेशमी मोज़ों से ढँकी हुई एक इंच भर पिण्डली भी देख लेता तो काम-वासना से उन्मत्त होकर दिन में ही संभोग कर लेने देने के लिए उसकी मिन्नत करता। यद्यपि दोनों में से किसी ने कभी इस संबन्ध में डाक्टर से एक शब्द भी नहीं कहा, तो भी इस से स्त्री अति दुःखी हो गई। मेरी राय में, अधिक सम्भव यह है कि पुरुष को प्रोस्टेट के बढ़ जाने का रोग हो रहा था। मैं उस से बात करने की सोच रही थी कि किसी दूसरे कारण से उसकी मृत्यु हो गई। विधवा हो जाने से स्त्री को बड़ा आराम मिला। मुझे यह बड़े दुःख की बात मालूम होती है कि जो लड़की पहले इतना प्रेम करती थी और जिस का पति उस का भारी भक्त था, वह कुछ ही वर्ष बाद विधवा हो जाने से प्रसन्न हो।

जिन डाक्टरों ने मूत्र और जनन-सम्बन्धी रोगों में विशेषज्ञता प्राप्त की है वे जानते हैं कि ऐसे लक्षण उत्पन्न होने के पहले जिन से पुरुष को डाक्टर की सहायता लेने का विचार आए, बढ़ा हुआ प्रोस्टेट (enlarged prostate) धीरे धीरे कुछ वर्ष तक बढ़ता रहता है। ऐसा जान पड़ता है कि साधारण लोगों ने यह बात कभी सुनी ही नहीं। यह बात प्रत्येक मनुष्य को मालूम रहनी

चाहिए कि प्रोस्टेट के बढ़ने से काम-वासना बहुत प्रचण्ड हो जाती है और मनुष्य बार बार मैथन करने की प्रबल लालसा से पागलसा हो जाता है। प्रोस्टेटिक गिल्टियों की बढ़ती के आरम्भिक रूपों का यह भी एक चिन्ह है। यह जानकारी इतनी लाभदायक है कि इसको दबा कर छिपा रखने के स्थान में इसका खूब प्रचार करना चाहिए। जो घर दूसरे सब प्रकार से सुखी हैं उन में अशान्ति और झंझट का कारण यही प्रास्टेट की वृद्धि हुआ करती है। चालीस या इससे बड़ी आयु के पुरुष में यदि अचानक काम-वासना बढ़ जाय या संभोग करने की प्रचण्ड लालसा बार बार उत्पन्न हो, तो आवश्यकता होने पर ठीक कराने के विचार से, प्रास्टेट की परीक्षा करानी चाहिए। इस की परवा न करने से प्रास्टेट* की बढ़ती पुरुष के लिए बड़ा कष्टदायक रोग हो जाता है और अन्त में बड़ा भयङ्कर सिद्ध होता है।

मध्यम अवस्था में, यदि यह हो भी तो, प्रायः वृद्धि धीरे धीरे होती है और आरम्भिक दशाओं में कामवासना के प्रचण्ड उत्तेजन से पुरुष सचमुच किसी कदर आनन्द अनुभव करता है। यह प्रचंड उत्तजन उसकी पत्नी को तो दबा लेता है, परन्तु उसे कोई हानि पहुँचाता नहीं देख पड़ता।

इस के विपरीत, यदि पुरुष साठ से ऊपर हो चुका हो, और वह अचानक मैथुन-संवन्धी बातों में बहुत अधिक और स्पष्ट रूप से दिलचस्पी लेने लगे, जैसा कि कुछ लोग उस आयु में लेने लगते हैं,

---

* पुरुष की जननेन्द्रियों के मूल में यह एक गिल्टी होती है। इस से वे रस निकलते हैं जिन से "क्षरण" बनता है। सं० रा०

यहाँ तक कि वह पत्नी को, चाहे वह कितनी ही सुशील हो, अपनी काम-वासना की तृप्ति के लिए पर्याप्त न समझे, तो वह जवान लड़कियों के साथ मूर्खतापूर्ण चोचले करने लगता है। यह बात कई बार निर्दोष और पत्नीभक्त पुरुषों में प्रकट होकर उन्हें घबराहट में डाल देती है। इस काम-वासना की अधिकता और प्रकट रूप से "पुंस्त्व" पर ज़रूर डाक्टरी दृष्टि से विचार करना चाहिये, क्योंकि इसका कारण बढ़ा हुआ प्रास्टेट होना बहुत सम्भव है। उस आयु में यदि इसकी परवा न की जायगी तो पुरुष का आनन्द-काल छोटा हो जायगा। जो सर्जन इस विषय के विशेषज्ञ हैं वे ज़ोर देते हैं कि ऐसी बढ़तियों (Enlargements) का इलाज आरम्भ में ही करा लेना चाहिए, ताकि बड़ी होकर वे भयङ्कर न हो जायँ और उस को दूर करने के लिए किसी कष्टदायक उपरेशन की ज़रूरत न पड़े।

ऐसी सारी तकलीफों को दूर करने के लिए लोग कोई "गोली" या बूटी बहुत माँगते हैं। मुझे मज़दूर वर्ग के लोगों में लेक्चर देने का मौका मिला है। लेक्चर के बाद वे प्रश्न किया करते हैं और मैं उन से व्यक्तिगत रूप से भी बातें किया करती हूँ। मुझे यह जान कर बड़ा आश्चर्य हुआ कि उन में यह अफवाह फैल रही है कि कई ऐसी जड़ी-बूटियाँ हैं जिन के सेवन से पुरुष का "पुंस्त्व" कम हो जाता है परन्तु पुरुष को कोई हानि नहीं पहुँचती; इन दवाइयों का सीधा असर केवल जननेन्द्रियों पर होता है। यह पुस्तक मैं सुशिक्षित लोगों के लिए लिख रही हूँ परन्तु मैं समझती हूँ कि इस पुस्तक में भी इस प्रचलित झूठे विचार का खंडन कर देना अनुचित न होगा। मैं प्रत्येक व्यक्ति को चेतावनी

देती हूँ कि इस प्रकार की कोई भी विश्वास के योग्य औषधि नहीं है।

यह सच है कि विशेष प्रकार की कामवासना को घटा देने वाली औषधियाँ कभी कभी पुरुषों को दी जाती हैं। मुझे पता है कि कई जेलों में विशेष कारणों से इनका सेवन कराया जाता है।

इस मतलब के लिये ब्रोमाईड (bromides) के कई कम्पौंड (मिश्रण) उपयोग में लाये जाते हैं। ब्रोमाईडों का असर सीधे तौर पर और केवल जननेन्द्रियों पर नहीं होता, वरन् वे सारे मज्जातन्तु-जाल (नर्वस सिस्टम) को ढीला कर देते और एक प्रकार की थकावट और मंदता पैदा करते हैं। डाक्टर की सलाह के बिना, इस मतलब के लिये, इनका कभी सेवन न करना चाहिए। डाक्टर हैवेलाक एलिस अपनी पुस्तक "स्टडीज़: सॅक्स इन रीलेशन टू सोसायटी" में कहते हैं—"सारी दुनिया मानती है कि ब्रोमाईड कामवासना को धीमा कर देते हैं। परन्तु इस संबंध में उन के प्रभाव का पता तभी लगता है जब वे शरीर की सभी सर्वोत्तम शक्तियों को मंद कर चुकते हैं।"

सारांश यह कि जहाँ तक मैं जानती हूँ कोई भी ऐसी विशेष औषध नहीं जिसे पुरुष अपने अतिशय पुंस्त्व को घटाने की आशा से बिना खटके खा सके।

कामवासना की अधिकता से दुःख अनुभव करने वाले पुरुष को चाहिये कि जहाँ तक हो सके शराब से बचे। शराब पुरुष के वास्तविक वीर्य को तो नहीं बढ़ाती परन्तु वह उस की संभोग-वासना को ज़रूर भड़का देती है। सादा रहन-सहन, सफाई, पवित्र विचार, आरोग्यवर्धक व्यायाम जो बहुत अधिक न हो,

प्रबल निग्रहकारिणी इच्छा-शक्ति को मार्ग दिखाने वाले उच्च आदर्श, और, विशेष रूप से, कड़ी दिमागी मेहनत, ये सब अतिशय मैथुन-वासना को दबाने वाले हैं।

पुरुषों को अकसर घंटों व्यायाम करने और घर से बाहर कड़े खेलों में अपने को थका डालने की सलाह दी जाती है। परन्तु जो पुरुष ऐसा करते हैं उन से जहाँ तक मैं ने पूछ-ताछ की है उस से पता लगता है कि जिस आशा से वे यह काम करते हैं वह पूरी नहीं होती। लोगों की यह जो धारणा है कि साधारण खेलों से काम-वासना मंद हो जाती है, मैं समझती हूँ, वास्तव में शरीर-शास्त्र की दृष्टि से यह झूठी है। इस के विपरीत, खुली हवा में, विशेषतः सूर्यतप्त वायु में, फुरती से किया हुआ व्यायाम, प्रत्यक्ष रूप से काम-वासना को भड़काता है। वैज्ञानिक पत्रिकाओं में अनेक लेख इस विषय पर छप चुके हैं कि साँडों और नर घोड़ों को यदि भीतर बन्द न रख कर बाहर खुली वायु में व्यायाम करने दिया जाय तो उन का बल-वीर्य और मैथुन-सामर्थ्य बढ़ जाता है। कुछ वर्ष हुए 'नेचर' नामक पत्र में एक लेख निकला था। उस में लिखा था कि खुली वायु और सूर्य के प्रकाश में व्यायाम करने से पुरुष का मैथुन-सामर्थ्य बढ़ जाता है।

परन्तु यदि व्यायाम इतना अधिक किया जाय कि उस से शरीर बिलकुल थक जाय और तन्दुरुस्ती को हानि पहुँचाने वाली क्लान्ति उत्पन्न हो, तो हो सकता है कि इस से दूसरी शक्तियों के साथ साथ अस्थायी रूप से काम-वासना भी मन्द पड़ जाय, परन्तु क्या ऐसी क्रिया ब्रोमाइड दवाइयों के सेवन के सदृश अपथ्य और मूर्खता-पूर्ण नहीं ?

जहाँ मैथुन की अतिशय वासना एक दूसरे को लाभ पहुँचाने की सच्ची लालसा का बाह्य लक्षण हो जिस के लिये संभोग-क्रिया यथार्थ रीति से होनी चाहिए, वहाँ अतिशय काम-वासना की सब से उत्तम "चिकित्सा" स्वास्थ्यवर्धक और संयत विवाहित जीवन और यथार्थ रीति से किया हुआ मैथुन है। इस का वर्णन मैंने आठवें प्रकरण में किया है। उस प्रकरण में शान्ति, आनन्द और शक्ति का द्वार खोलने वाली जादू की चाबी धरी है।

इस के विपरीत, महारानी विक्टोरिया के समय के लोग यह बात मानते ही न थे कि कोई स्त्री ऐसी भी हो सकती है जिस की काम-वासना इतनी अधिक हो कि उस का पति उसे पूरा न कर सके। परन्तु ऐसी स्त्री ज़रूर है। प्राचीन लोगों ने इसे माना है। सब युगों के लोग उस से डरते रहे हैं। हाल में मैथुन और मैथुन-संबन्धी समस्याओं के प्रति जनता का भाव उदार हुआ है। इस का परिणाम-स्वरूप अब फिर स्पष्ट रूप से यह माना जाने लगा है कि ऐसी स्त्री ज़रूर होती है। दस वर्ष हुए जब से "विवाहित प्रेम" प्रकाशित हुआ है, संभोग-क्रिया में स्त्री के कार्य का सच्चा वर्णन प्राप्त होने लगा है। उस से अब स्त्री के प्रश्नों पर विचार करना संभव हो सका है। मुझे याद है, कुछ वर्ष हुए जीव-विद्या के एक जापानी प्रोफेसर ने मुझे बताया था कि मैथुन के सम्बन्ध में जापानी भाषा में एक कहावत है कि "ज्यों ज्यों विवाह के वर्ष बीतते हैं पुरुष ने स्त्री को जो कुछ माँगना सिखाया है उसे वह अधिक और अधिक माँगने लगती है और पुरुष में वह देने की शक्ति कम होती है।" अलबत्ता, यह स्थिति सब कहीं नहीं। परन्तु जैसा कि मैंने चौथे प्रकरण में दिखलाया है, संभवतः सौ पीछे तीस

व्यावसायिक और उच्च श्रेणी की विवाहित स्त्रियाँ ऐसी हैं जो अपने पतियों में उन की काम-वासना को तृप्त करने के लिए पर्याप्त पुंस्त्व न होने से दुःखी रहती हैं। यदि पुरुष पूर्ण रूप से नपुंसक हो तभी कानून और धर्म्म स्त्री की शिकायत को स्वीकार करता है।

परन्तु हो सकता है कि पत्नी वन जाने के बाद लड़की को प्रेम के भोजन में से इतना थोड़ा खाने को मिले कि वह सच मुच भूखी ही रहे। फिर उस स्त्री की क्या दशा जिस की संभोग-संबन्धी आवश्यकताएँ ऐसी हैं कि जब तक उस के साथ बार बार मैथुन न हो, वह अतृप्त या शारीरिक तौर पर अप्रसन्न, लगभग बीमार रहती है, यदि उस का पति बहुत अधिक हीन-पुंस्त्व न होते हुए भी उस की तृप्ति न कर सकता हो? "सभ्य" समाज में ऐसी स्थिति होने से अनेक स्त्रियों को गुप्त रूप से भयङ्कर दुःख भोगना पड़ता ह। मेरा यह मानने को जी चाहता है कि जिन स्त्रियों का स्नायु-पीड़ा (neurotic) होती है, जिन्हें नींद नहीं आती, जो चिड़चिड़ी होती हैं, जिन्हें अजीर्ण की शिकायत रहती है उन में से अधिकांश के दुःख का कारण मैथुन की कमी होता है। उन के शरीर को जितने मैथुन की आवश्यकता है उतना उन को नहीं मिलता।

क्या इस का कोई इलाज है? अवश्य, हस्त-मैथुन या आत्मदूषण (Masturbation) का वहुत ही प्रचार है। इस का प्रयोग वे विवाहिता स्त्रियाँ करती हैं जिन के पति उन की काम-वासना को भड़काने के बाद उन्हें अतृप्त ही छोड़ देते हैं—उन में मदन का पूर्ण आवेग नहीं उत्पन्न करते। इस से उन की नाड़ियों में खिम्कावट उत्पन्न हो जाती है और वे सड़ियल वन जाती हैं। हस्त-मैथुन ठीक इलाज नहीं। चतुर पति को पत्नी में काम का पूर्ण

आवेग उत्पन्न करना चाहिए। हस्त-मैथुन अनेक कारणों से असंतोष-जनक है। कामावेग से वंचित या अतृप्त स्त्रियाँ अपनी तृप्ति के लिए एक और उपाय भी करती हैं। और वह है दूसरी स्त्रियों के साथ व्यभिचार। आज कल स्त्रियों का एक दूसरे के साथ व्यभिचार करने का रिवाज, विशेषत: "स्वतन्त्र" प्रकार की स्त्रियों में, इतना बढ़ गया है कि मुझे भय है कि मेरी स्पष्टोक्ति के कारण मुझ पर आक्रमण न हो जाय। इन अस्वाभाविक संबन्धों का एक भौतिक परिणाम यह होता है कि शरीर को शनै: शनै: उन प्रतिक्रियाओं की आदत हो जाती है जो जिस क्रिया के लिए प्रकृति ने स्त्री की जननेन्द्रिय को बनाया था उस से भिन्न क्रिया से उत्पन्न की जाती हैं। इस से स्त्रियाँ असली मैथुन के योग्य नहीं रहतीं। यदि कोई विवाहिता स्त्री यह अस्वाभा-विक क्रिया करेगी तो पति से उस की निराशा दिन पर दिन बढ़ती जायगी, और हो सकता है कि पति के साथ ठीक मैथुन करने की उस की सारी स्वाभाविक शक्ति ही जाती रहे। अगले प्रकरण के उन्नीसवें पैरे में मैं ने जो कुछ लिखा है वह स्त्रियों पर भी लागू होता है। जो स्त्री अपने घर में शान्ति और पति का प्रेम चाहती है उसे कभी भी इस व्यभिचार के प्रलोभन में नहीं फँसना चाहिए।

बहुत थोड़ी स्त्रियों में इस प्रकार की प्रवल प्रवृत्तियाँ जन्म-सिद्ध होती हैं। जो इस समय इस पाप में फँसी हुई हैं उन में से अधिकांश आलस्य से या कौतुक से इस में जा गिरी हैं और उन्हों ने अपने को बिगड़ने दिया है। जिस प्रकार सूखी दलदल की घास-फूस से भरी भूमि में आग नीचे ही नीचे फैलती है उसी प्रकार यह व्यभिचार छिपा छिपा फैलता है। जिन पुरुषों में "स्त्री-सुलभ" गुणों की और जिन स्त्रियों में "पुरुष-सुलभ" गुणों की अधिकता

होती है वे अपने शरीर की बनावट के कारण ही जन्म से ही इन चित्तविकारों की ओर झुकी रहती हैं। और उन पुरुषों का दूसरे पुरुषों के साथ और उन स्त्रियों का दूसरी स्त्रियों के साथ किसी प्रकार का पाप-संबंध पैदा करने की बहुत संभावना रहती है। वे विवाह कर लेने पर भी इस प्रकार के विनाशक व्यभिचार में फँसी रहती हैं। ऐसे लोगों ने जो प्रश्न पैदा कर दिये हैं उन को ठीक मान कर उन पर विचार करना ज़रूरी हो गया है। पर इस पुस्तक के विषय से उन का क्षेत्र अधिक कठिन है। तो भी मैं, उन सादा और पुराने ढंग की आपत्तियों को छोड़ कर जिनका अब बहुत खंडन होता है, इस दुराचार के विरुद्ध जो मुझे एक आवश्यक वैज्ञानिक युक्ति जान पड़ती है जनता को समझा देना चाहती हूँ। इस पर सब से प्रबल आपत्ति यह है कि स्त्रियाँ एक दूसरे के साथ केवल खेल सकती हैं। स्वाभाविक संभोग करना—एक दूसरी को वीर्य और प्रास्टेट गिल्टी का रस देना, जो उन्हें देना चाहिए और जिस के लिए वे अनजने तरसती हैं—उन के शरीर की बनावट के कारण उन के लिये असंभव है।

इस लिए स्त्री के स्त्री के साथ व्यभिचार करने से जो उत्तेजन उत्पन्न होता है वह उनकी ज़रूरत को पूरा नहीं करता। कारण यह है कि पति के द्वारा किए जाने वाले चुम्बन, आलिङ्गन, खुशामद और प्रेम के अतिरिक्त भी स्त्री को मैथुन में पोषण की आवश्यकता और भूख रहती है। यह भूख असली है। इस का संबंध शरीर-शास्त्र से है। यह तभी शान्त होती है जब स्त्री को ठीक वह चीज़ मिले जिस की उस के शरीर में कमी है। अपने ही जैसे दूसरे व्यक्ति के साथ इस प्रकार व्यभिचार करने से वह चीज़ नहीं मिल सकती। इस से

तो केवल नाड़िकों के बाहरी उत्तेजन के कम हो जाने के सिवा और कुछ नहीं होता। जिस असली पोषण—पुरुष के वीर्य और वीर्य-संबंधी दूसरे रस—की स्त्री के शरीर को जरूरत है वह इस व्यभिचार से उस को नहीं मिलता और न मिल सकता ही है। पुरुष के साथ स्वाभाविक मैथुन करने से ही यह पोषण स्त्री के शरीर को मिलता है। तभी पुरुष की जननेन्द्रियों के रस, उस के वीर्य सहित, स्त्री के शरीर में प्रवेश करते हैं।

इस संबंध में डाक्टर मॅक्सवल टॅलिङ्ग कहता है—"इस विषय में मेरा उतना विश्वास नहीं जितना आपका है, यद्यपि मैं चाहता हूँ कि मेरा हो। शरीर-शास्त्रियों को प्रास्टेट नामक गिल्टियों (अण्डकोष की गिल्टियों) से निकलने वाले रस का ठीक ठीक काम अभी तक भी मालूम नहीं। जहाँ तक मुझे पता है, 'इस का काम वीर्य को हलका और परिमाण में बड़ा करना है, बस इस से अधिक और कुछ मालूम नहीं। जब मैं विद्यार्थी था तब भी यही माना जाता था। इस के मुकाबले में आप की कल्पना और नहीं मनोहर तो है।"

कुछ वर्ष हुए, मेरी "वाईज़ पेअरण्टहुड" नामक पुस्तक के छपने के बाद, प्रसिद्ध सर्जन सर विलियम आर्बथनॉट ने मुझे अपने कुछ रोगियों का मनोरञ्जक हाल बताया था। उस से निश्चय ही यह बात प्रकट होती थी कि स्त्री की योनि में गिरने वाले पुरुष के क्षरण में से प्रास्टेट गिल्टी के रस का कम से कम कुछ अंश योनि चूस लेती है और इस से स्त्री को लाभ पहुँचता है। यह बात मुझे अनेक रीतियों से बड़ी मूल्यवान जान पड़ी है। अनेक विकारों की व्याख्या में इसने मुझे चाबी का काम दिया है।

तब से मैंने इस प्रभाव का स्वयं अध्ययन और अन्वेषण किया है। मैं इस परिणाम पर पहुँची हूँ कि स्त्री के शरीर को निस्सन्देह पुरुष की फालतू गिल्टियों (accessory glands) में पाये जाने वाले रासायनिक और असरल अणुमय पदार्थों की सच्ची भूख होती है। इन पदार्थों की आवश्यकता को वे अनजाने अनुभव करतीं और अपने पतियों से अधिक मात्रा में मैथुन का तकाजा कर के इसे अज्ञानतः प्रकट करती हैं। यह मात्रा ऊपर से अधिक प्रतीत होती है पर वास्तव में, उन स्त्रियों की आवश्यकता की दृष्टि से, यह अधिक नहीं। मैथुन चाहने की सीधी रीति यही है, चाहे ऊपर से यह असंगत दीख पड़े। कभी कभी वे पतियों के अतिरिक्त अपने प्रेमकों से भी, इसी भूख से व्याकुल हो कर, समागम कर लेती हैं।

ऐसी स्त्रियों पर लोग सदा नाक चढ़ाते, हँसी करते, और भद्दी फबतियाँ कसा करते हैं। पर किसने उनका अध्ययन किया है और किस ने उनको सहायता दी है? थोड़े से डाक्टरों ने प्राईवेट रोगियों के रूप में उन में से दो चार को विशेष गिल्टियों के निचोड़ (glandular extracts) दे कर "चंगा" किया है। मुझे मालूम नहीं, कभी किसी ने उन की आवश्यकताओं पर उदारता और दया से विचार किया हो। मैं समझती हूँ, सत्य घटनाओं के निष्कपट और मौलिक वर्णन से लोकमत को बदलने और सारे विषय के वातावरण को साफ करने में कुछ न कुछ सहायता मिलेगी।

स्त्री के शरीर को सच मुच पोसने वाले आणविक मिश्रणों (molecular compounds) में से, जिन की उस में कमी है और जिन की उस का आवश्कता है, कम से कम कुछ का बनाना संभव मालूम हुआ है। ये ऐसे ढंग से तयार किये जा सकते हैं कि

उन के रासायनिक गुण नष्ट न हों, और साधारण जेलेटीन की कॅपस्यूलों में भर कर मुँह के द्वारा निगले जा सकें। ये कॅपस्यूल ठीक वैसे ही होते हैं जिन में दूसरी कई दवाइयाँ भर कर डाक्टर लोग रोगियों को खिलाते हैं।

कई चिकित्सक मुँह से खिलाने के स्थान में ऐसे गिल्टियों के सतों को इंजॅक्शन (टीका) द्वारा शरीर में प्रविष्ट करते हैं। पर कई कारणों से मैं इंजॅक्शन की सलाह बिलकुल नहीं देती। इस का एक शीघ्रता से समझ में आजाने वाला कारण है। प्राकृतिक रूप से ये गिल्टियों के सत बहुत ही थोड़ी थोड़ी मात्राओं में निरन्तर रक्त और मेद (लिम्फ) की धाराओं में दाखिल होते रहते हैं। पर हम किसी भी मानवी ढंग से प्रकृति की उस रीति की ठीक नकल नहीं कर सकते। अधिक से अधिक हम इतना कर सकते हैं कि दिन में कई वार थोड़ी थोड़ी मात्रा लें। इस के लिए दिन में तीन वार एक एक कॅपस्यूल खाई जा सकती है और इन का सेवन कई मास तक जारी रक्खा जा सकता है। यह कुछ कठिन भी नहीं। परन्तु किसी योग्य डाक्टर से दिन में तीन वार इंजॅक्शन कराना और कई मास तक कराना सुगम नहीं, विशेषतः ऐसे व्यक्ति के लिए जिसे कोई बड़ी तकलीफ नहीं।

इस के अतिरिक्त जब मनुष्य इस के बिना निर्वाह कर सकता हो तो कौन महीनों दिन में तीन तीन बार टीका कराने का कष्ट उठाना पसंद करेगा ? कोई समझदार तो करने नहीं लगा।

कुछ डाक्टरों ने पहले मुँह के द्वारा इन सतों का सेवन करा कर देखा था और इन को सन्तोषजनक नहीं पाया था। वे अब इस पर अविश्वास करते हैं। परन्तु अब विश्वास के योग्य सत

मिलने लगे हैं, और इस में कुछ भी सन्देह नहीं कि इन के बनने में शीघ्रता से सुधार होगा, यहाँ तक कि थोड़ी सी दूकानों से नहीं वरन् सभी से सन्तोषजनक चीज़ मिल सकेगी। मैं अपनी पाठिकाओं से सानुरोध कहती हैं कि जहाँ तक बन सके किसी भी चीज़ का कभी टीका न कराओ यदि इस के बिना काम चल सकता हो। खास खास और तीव्र रोगों में या भयानक व्याधियों में अनेक समय ऐसे हो सकते हैं जब टीके से बचना कठिन हो, परन्तु मैं इस समय रोग पर विचार नहीं कर रही।

आज कल "गिल्टियों" और विशेषतः "वंदरों की गिल्टियों" की बहुत बे-ठिकाने और सिड़ी चर्चा है (देखिए प्रकरण ७ भी)। अतएव मैं यह बात साफ कर देना चाहती हूँ कि मैं बन्दरों की गिल्टियों के उपयोग की सिफारिश किसी भी दशा में नहीं करती।

मैं चाहती हूँ कि मेरे पाठक और पाठिकाएँ इस बात को समझ लें कि खाने के सम्बन्ध में अपने अस्वाभाविक विचारों के कारण हम किस प्रकार अपने शरीर को पशुओं के उन अनेक भागों से वंचित कर देते हैं जिन से जंगली जानवरों को तन्दुरुस्त रहने में सहायता मिलती है, जैसा कि जिस पानी में हमने तरकारी उबाली है यदि हम उस को फेंक देते हैं तो उस तरकारी में पाये जाने वाले सब प्रकार के बहुमूल्य खनिज लवण नष्ट हो जायँगे। इस से हमारे शरीर में, समझ लीजिए, फास्फोरस या लोहे के मिश्रणों (कम्पौंडों) की कमी हो जायगी। जब इन खनिज पदार्थों की कमी होती है तो हम, यदि हम बुद्धिमान हैं, झट अपने जीवन के ढंग में सुधार करते हैं और इस बीच में, जिन मिश्रणों

की हमारे शरीर में कमी हो गई है भोजन की नालियों को वही देने के लिए हम "औषधि" के रूप में कोई खनिज मिश्रण खाने लगते हैं। भोजन की नालियाँ इन को लहू या मेद (लिम्फ) की धाराओं में पहुँचा देती हैं। इस प्रकार वे उन अनेक पेशियों (टिश्यू) में जा पहुँचते हैं जिन को इन रासायनिक अणुओं का प्रयोजन है। हमारे कोषाणु (cell) तब फिर सफलता-पूर्वक अपना काम करने लगते हैं। अब हाल में पता लगा है कि नाना गिल्टियाँ जो विशेष अधिक असरल रासायनिक कण निकालती हैं वे भी, रसायन-शाला में होशियारी से काम करने से, जुदा किए, और "निकाले" और विशेष रूप से तैयार किए जा सकते हैं जिस से वे "औषधि" के रूप में खाय जा सकें। जब यह बात स्पष्ट हो जाती है कि इन रासायनिक मिश्रणों में से किसी एक या दो की शरीर में कमी है तो उन को मुँह के रास्ते खाया जा सकता है। वे भोजन की नाली में प्रवेश करते हैं। वहाँ से रक्त या लिम्फ की धाराओं में भेज दिए जाते हैं और इस प्रकार ये उन विविध कोष-समूहों (tissues) को मिल जाते हैं जिन को इन रासायनिक कणों की ज़रूरत होती है। हमारे कोषाणु (सॅल) तब फिर सफलता-पूर्वक अपना काम करने लगते हैं। ये कम्पौंड (मिश्रण) किसी प्रकार की हानि बिलकुल नहीं करते और हितकर हैं।

इतना ही नहीं कि मैथुन में अतृप्त रहने वाली स्त्री को आनन्द प्राप्त नहीं होता, वरन्, मेरी सम्मति में, वह एक ऐसी स्त्री है जिस के शरीर को पुरुष की प्रास्टेट गिल्टियों में पैदा होने वाले विशेष असरल रासायनिक कणों की आवश्यक मात्रा नहीं मिलती। अब यदि वह इन गिल्टियों के ठीक तौर पर तैयार किए हुए

निचोड़ों या सतों को अपनी आवश्यकताओं के लिए अनुकूल मात्राओं में खाए, तो इस से उस का शरीर उचित रूप से पोषित होगा, जिस से न केवल उस की सामान्य शारीरिक अवस्था ही उन्नत होगी, वरन् दुखदायक सामाजिक लक्षण—पति-पत्नी-कलह भी कम हो जायँगे।

कई मैथुन की भूखी स्त्रियों के लिए केवल प्रास्टेट गिल्टियों का सत ही बहुत उपयोगी होता है। कभी कभी प्रास्टेट और आर्किक (orchic) एक्सट्रैक्ट मिला देने चाहिएँ। दूसरियों के लिए, उदाहरणार्थ जिन की दशा बहुत गिर गई हो, कॅलशियम और दूसरे मूल पदार्थों के ग्लिसरोफास्फेटों के कैमीकल कम्पाऊँड (रासायनिक मिश्रण) भी मिला देना उपयोगी होता है। (देखो परिशिष्ट क० नं० १)

यह बहुत आवश्यक है कि एक्सट्रैक्ट (सत) होशियारी से और ताज़ा बनाए जायँ। ऐसी ओषधियाँ क्यों उपयोगी हैं, यह मैं ने ऊपर खोल कर लिख दिया है। मुझे आशा है, इस से स्त्रियाँ सूखी टिकियाँ और सब प्रकार की "पेटएट दवाइयाँ" या झूठे वैद्यों की गुप्त ओषधियाँ न खाने लग जायँगी। ये पेटएट दवाइयाँ, यदि अभी नहीं तो मुझे निश्चय है, शीघ्र ही बाज़ार में बहुत आ जायँगी। ऐसा विषय रहस्य से इतना घिरा रहता है कि रोगी और डाक्टर दोनों इस पर विचार करने में शरमाते हैं। इस लिए किसी योग्य डाक्टर के स्थान में व्यापारी दूकानों और नकली वैद्यों से सलाह ली जाती है। मैं प्रत्येक व्यक्ति से अनुरोध करती हूँ कि ऐसी बातों के लिये केवल विश्वास के योग्य डाक्टरों के पास ही जाओ। मैं अनुभव करती हूँ कि मैं ने इस पुस्तक में जो खुला और सरल

वर्णन दिया है उस से उन लोगों के लिए जिन को इस सहायता की आवश्यकता है नुसखे लेने के लिए अपने ही डाक्टरों के पास जाना पहले से अधिक सुगम हो जायगा। मैं प्रत्येक स्त्री से बल-पूर्वक कहती हैं कि इन को और इस पुस्तक के दूसरे नुसखों को अपने डाक्टर के परामर्श के बिना कभी न खाओ। मैं यह भी कहती हूँ कि जितनी मात्रा लिखी है उस से अधिक न लो। यह समझना बड़ी भारी भूल है कि क्योंकि किसी दवा की एक गोली एक कॅपस्यूल या एक चम्मच का निर्देश है और उस से कुछ आराम मालूम होता है, इस लिए उस की दो गोलियाँ या दो चमचे अधिक लाभ करेंगे। बढ़ाई हुई मात्रा, हो सकता है कि प्रायः न केवल अधिक लाभ ही न करे, वरन् वह गिल्टियों के साम्य को नई दिशा में उलट कर हानि पहुँचाए।

हमारे जीवन के बनावटी ढंग ने जिन रासायनिक मिश्रणों से हमें वंचित कर दिया है उन को आहार के रूप में खाना न केवल एक सरल व्यवहार-ज्ञान की बात है, वरन् ठीक वही बात है जो हम रोज़ भोजन के समय करते हैं—हम वे पदार्थ खाते हैं जिन की हमारे जीवन-व्यापार को जारी रखने के लिए आवश्यकता है।

लंपटता से बचने के लिए खाने का विचार—विज्ञान के सभी नवीन विचारों के सदृश—चौंका देने वाला है।

विचार करने पर जनता अनुभव करेगी कि यह न केवल निर्दोष व्यवहार-ज्ञान ही की बात है वरन शरीर और आत्मा को अतीव दुःख और यातना पहुँचाने वाले झंझट को दूर करने की एक स्वच्छ, हितकर और शान्त रीति भी है। इस झंझट ने दौड़ धूप करने वाले जीवन-यात्रियों के कन्धों पर इतना बोझ रख लिया

है कि वे पसीना पसीना हो रहे हैं, हाँप रहे हैं और अतीव दुःख से प्रार्थना कर रहे हैं। समझ से—खाओ ! फिर देखो ! बोझ हलका हो जायगा और शायद कन्धों पर से उतर ही जाय। फिर स्त्री, जो कभी दुःख पा रही थी, आनन्द से और आराम से आगे बढ़ सकेगी।

वंचित स्त्रियों में मैथुन की भूख को शान्त करने के लिये बने हुए ऐसे पोषक कॅपस्यूल प्रबल मैथुनवासना रखने वाली तीन प्रकार की स्त्रियों के लिए उपयोगी होंगे—

(१) वह प्रेम करने वाली पत्नी जो पति के साथ संभोग करने की आदी है, परन्तु जिसे मजबूरी से पति से जुदा होना पड़ा है, क्योंकि वह दूर विदेश में है या व्यापार के कारण उस से जुदा हुआ है, या शायद वह बीमार है।

(२) फिर और भी स्त्रियाँ हैं, जिन के पति चाहे उनके पास ही हों और अपना "कर्तव्य" पालन करते हों, तो भी वे उसे अपने शारीरिक समीकरण की आवश्यकता को पूरा करने के लिए अपर्याप्त पावें। उनको अपने पतियों से गिल्टियों के रसकी जो मात्रा मिला करती है उस के अतिरिक्त यदि वे अपनी विशेष रूप से बड़ी आवश्यकताओं को पूरा करने के लिये, जब वे जरूरत देखें, कभी कभी इन कॅपस्यूलों का सेवन कर लिया करें, तो उन्हें लाभ ही होगा।

(३) फिर और भी स्त्रियाँ हैं जो अविवाहिता हैं, और जिन को नियत अन्तरों पर संभोग की प्रबल आवश्यकता अनुभव होती है, और जो नैतिक बुद्धि खूब उन्नत होने और वर्तमान सामाजिक संहिता को मानने के कारण विवाह के बिना किसी से संभोग करने

से झिझकती हैं। उन्हें बार बार निरूपित अन्तरों पर काम-वासना का दौरा होता है। किसी किसी को तो इस से दुःख भी होता है। ये स्त्रियाँ यदि काम-वासना के अपने आप भड़कने के दिनों में दो तीन दिन तक ऐसे कॅपस्यूल खाया करें तो उन में से अनेक को निश्चित रूप से लाभ होगा।

यह पुस्तक विवाहितों के लिये है। इस लिए यहाँ मैं उन अविवाहित स्त्रियों को जिन में प्रबल काम-वासना है और जो निर्मल जीवन व्यतीत करना चाहती हैं, इन का केवल प्रत्यक्ष मोल ही बता सकती हूँ।

मैं समझती हूँ, आधुनिक विज्ञान की ऐसी उपयोगिता और इस मतलब के लिए गिल्टियों के मिश्रणों (Glandular Compounds) का प्रयोग आधुनिक खोज का एक अतीव लाभदायक और समाज की दृष्टि से बहुमूल्य उपयोग है।

एक मैडिकल प्रेक्टिशनर की रीपोर्ट यहाँ दिलचस्पी का कारण होगी। उस ने एक ३५ वर्ष की अविवाहिता स्त्री के एक अस्पष्ट स्नायु-रोग (nervous condition) के लिए प्रास्टेट गिल्टियों के सत का उपयोग किया। कई वर्ष से उसे यह रोग था। एक स्नायु-रोगों के विशेषज्ञ ने उस की परीक्षा कर के रोग का नाम मैथुन-सम्बन्धी स्नायु-दुर्बलता (sexual neurasthenia) बताया था। उसे उदासी (melancholia) और tachycardia की भी शिकायत थी। उस ने प्रास्टेट गिल्टियों के निचोड़ का दो मास सेवन किया और उस का स्वास्थ्य बहुत अच्छा हो गया है। उस के स्नायु-सम्बन्धी और मानसिक चिन्ह सब साफ़

हो गये हैं, नाड़ी की गति ११० से गिर कर ८० तक आ गई है। वह बड़ी प्रसन्न चित्त है और उस की सखियाँ कहती हैं कि उस में आश्चर्य-जनक परिवर्तन हुआ है।

इस में तनिक भी सन्देह नहीं कि जाति में मैथुन से भूखी और डाँवाडोल स्त्रियाँ दूसरों के लिये रगड़ का और स्वयं अपने लिये असंतोष और दुःख का कारण हुए बिना नहीं रह सकतीं।

पुरोहितों और धर्मोपदेशकों का ब्रह्मचर्य और आत्मसंयम का प्रचार करना बिलकुल ठीक और उचित है। मैं भी इन दोनों का उपदेश करती हूँ। यह खूब तुले हुए पति-पत्नी-सम्बन्ध के लिए मानसिक सहायता है। परन्तु एक बात आप को माननी पड़ेगी। जिस स्त्री की जननेन्द्रियाँ रासायनिक अणुओं की भूखी हैं उस को शरीर-शास्त्र-सम्बन्धी पोषण दिये बिना केवल आत्म-संयम का उपदेश देना वैसा ही है जैसे जहाँ शरीर में नियत शरीर-शास्त्र-सम्बन्धी कमी हो, विशेष रासायनिक कणों की शरीर को भूख हो, वहाँ भूख से तड़पते हुए बालक के सामने एक मीठी रोटी का टुकड़ा लटका कर उसे चिल्लाना छोड़ कर आत्म-संयम करने को कहना। उन जननेन्द्रियों के लिए जिन अणुओं की आवश्यकता है उन को अब विज्ञान जुदा कर के दे सकता है। क्या उस ज्ञान के उपयोग को रोकना निर्दयता न होगी? यथोचित रूप से पोषित प्रकृति वाली स्त्री को आत्म-संयम का उपदेश देना एक दूसरी बात है। जो स्त्रियाँ इतनी प्रबल काम-वासना वाली पैदा हुई हैं कि शरीर-शास्त्र-संबंधी भूख की उन्मत्त प्रेरणा से "आत्म-संयम" उन के लिए असंभव है, इतिहास में यह पहली बार है कि हमारी पीढ़ी उन को कुछ क्रियात्मक सहायता देना संभव देखती है। जिन गिलि-

टयों के मिश्रणों (glandular compounds) की उन में कमी है उन को चुपके से निगल लेने से वे, अपनी पुरुष-समागम की वासना की गुलाम न हो कर, अपने को धर्मात्मा बनाने में सहायता दे सकती हैं। मनुष्य-जाति के लिए यह उतना ही अच्छा है। टेढ़ी कोशिशों और काँटों पर लातें मारने से मनुष्य-समाज को आगे बढ़ने में कभी सहायता नहीं मिली। परन्तु प्रकृति की शक्तियों का बुद्धिमत्ता से उपयोग करने से प्रचुर फल मिलता है।

चौथा प्रकरण

ठीक से कम मैथुन-सामर्थ्य रखने वाले पति

"जो शक्ति हम को खेंचती है उसे हम प्रेम कहते हैं, परन्तु यह बात कि हम खिंच जाते हैं, यह बात कि हमें संयोग की ओर बढ़ना चाहिए, पृथक्त्व को सिद्ध करती है; और उन लोगों का जुदापन जो मिलने के लिए तरस रहे हैं, कष्टदायक होता है।"
टाइम्ज़ का साहित्य-परिशिष्ट, लीडर, १९२८.

पूर्ण रूप से नपुंसक पति बहुत विरला होता है। जितना लोग प्रायः समझते हैं उस से बहुत कम उन की संख्या है। वे ठीक विवाह को असंभव बना देते हैं। पर आश्चर्य है कि कई बार वर्षों तक उन के नपुंसक होने का पता नहीं लगता।

ऐसे विवाहों में पत्नियाँ दुखित रहती हैं पर अपने दुःख का कारण उन्हें मालूम नहीं रहता। फिर कई स्त्रियाँ ऐसी भी हैं जिन के पति में यह दोष तो होता है पर उन्हें उस का ज्ञान नहीं रहता, इस लिए उन्हें दुःख भी बिलकुल नहीं होता। यह बात अनूठी जान पड़ेगी पर है यह ठीक। कई नपुंसक पुरुष वर्षों विवाहित रहते हैं परन्तु घर में पति-पत्नी में से कोई भी दुःखी नहीं होता। मैं एक पति और उस की पत्नी को जानती हूँ। वे ग्यारह वर्ष से विवाहित हैं, और उन में से किसी को भी संदेह नहीं हुआ कि उन के विवाह में थोड़ी सी भी असाधारणता है। पत्नी बिलकुल सन्तुष्ट है और समझती है कि सब कुछ ठीक और स्वाभाविक है! मेरे मुख्तार ने भी मुझे एक और दम्पति का हाल बताया है। वहाँ पत्नी को बीस वर्ष के बाद पहली बार अपने और पति के बीच के असाधारण सम्बन्ध का पता लगा। तब तक वह विवाहित होने पर भी कुमारी थी। इन असाधारण विवाहों पर विचार करने से हम इस पुस्तक के मुख्य विषय को छोड़ कर भटक जायेंगे। हमारा विषय तो उन लोगों को जो ठीक (Normal) या लगभग ठीक हैं, अपने विवाहों में जहाँ तक हो सके अधिक से अधिक सफलता और सुख प्राप्त करने में सहायता देना है।

तो भी श्रीमती स—की स्थिति में स्त्रियाँ कैसा अनुभव करती हैं, इस का ज्ञान शायद अभागी स्त्रियों को कुछ सहायता देगा। "मेरा विवाह हुए पाँच वर्ष हो चुके हैं पर मैं अभी तक भी कुमारी की कुमारी हूँ, यद्यपि मैं और मेरा पति दोनों बच्चों की प्रबल लालसा करते हैं। मेरे प्रियतम की आयु ४० वर्ष है। उसे मैथुन की बिलकुल इच्छा ही नहीं होती। उस ने मेरे प्रति अप

कर्तव्य को पूरा करने का यत्न किया है परन्तु उसकी इन्द्रिय बिलकुल काम नहीं करती। उसके निरन्तर यत्न करने और उस में विफलता होते रहने से मैं इतना घबरा गई हूँ कि अब हम यत्न तक नहीं करते। मैं ने उसे कह-सुन कर एक डाक्टर के पास भेजा। उसने उस की अच्छी तरह से परीक्षा करने के बाद कहा कि उस के शरीर की बनावट में कोई अस्वाभाविकता नहीं और उसकी इन्द्रियाँ बिलकुल तन्दुरुस्त और अपना काम करने में समर्थ हैं परन्तु उस की पशु-बुद्धि बहुत ढीली है। डाक्टर ने उसे कहा कि चिन्ता की कोई बात नहीं। संभवतः यह 'ठीक हो जायगी'। और यदि यह ठीक न भी हुई तो भी पति के साथ आध्यात्मिक जीवन व्यतीत करने से मुझे किसी प्रकार हानि नहीं होगी। हमें एक दूसरे से प्रचण्ड अनुराग है और हम इकट्ठे सोते हैं। मैं बता नहीं सकती कि किस प्रकार उस के आलिङ्गन-चुम्बन और संसर्ग से मुझ में सभी स्वाभाविक कामवासनाएँ जाग उठती हैं। मुझे घंटों नींद नहीं आती और मैं व्याकुल रहती हूँ। फलतः दूसरे दिन मेरी तबियत कुछ कुछ चिड़चिड़ी हो जाती है।"

ऐसी अवस्था में स्त्री को पिछले प्रकरण में बताए गिल्टियों के निचोड़ (एक्स्ट्रेक्ट) और पुरुष को इसी प्रकरण के अन्त के समीप वर्णित एक्स्ट्रेक्ट खाने चाहिएँ। सेवन-काल में उन को बहुत दिन तक एक दूसरे से अलग रह कर छुट्टी मनानी चाहिये। मैथुन की चेष्टा करने के पहले पुरुष को कम से कम तीन पूरे मास तक स्थिर रूप से इन एक्सट्रेक्टों (निचोड़ों) का सेवन करना चाहिए। हाँ! यदि बीच में स्वाभाविक रूप से वासना भड़क उठे तो फिर समागम करने का कोई डर नहीं। स्वास्थ्य बिलकुल ठीक जान

ड़ने के बाद भी उसे इन का सेवन कुछ काल तक जारी रखना चाहिए।

अनेक सामान्य प्रकार के पुरुष ऐसे हैं जिन का दाम्पत्य-जीवन पिछले प्रकरण में वर्णित जीवन से उलट है। आगे मैंने मैथुन-शक्ति की कमी के विविध रूपों पर संक्षिप्त टिप्पणियाँ दी हैं। मुझे आशा है, अनेक जोड़े ऐसे होंगे जिन को इन टिप्पणियों में कुछ न कुछ उपयोगी बात मिलेगी।

यह बात स्पष्ट हो जानी चाहिये कि मैथुन में नपुंसकता और पूर्ण बाँझपन अर्थात् सजीव शुक्र-कीटों का अभाव, दो बिलकुल भिन्न अवस्थाएँ हैं। ये दोनों या दोनों में से कोई एक अस्थायी या स्थायी हो सकती है।

साधारण रीति से, काम-वासना और मैथुन करने की शक्ति उस निहायत पेचीदा मशीन—मनुष्य-देह—के समान-पद परिणामों को प्रकट करती है। इस लिए यह बात आसानी से समझ में आ जायगी कि रोग, अस्वस्थता, या शरीर के किसी अङ्ग के ठीक काम करने में असमर्थ हो जाने से मैथुन-शक्ति पर भी असर पड़ता है। इस प्रकार पीड़ा या पाचन-शक्ति में गड़बड़ या अस्थायी दुर्घटनाएँ या क्षतियाँ, जिन का जननेन्द्रियों के साथ कोई सीधा संबंध नहीं, अस्थायी प्रभाव रखती हैं। इन से मैथुन-शक्ति कम हो जाती है। इन तुच्छ बातों में से अधिकांश स्वभावतः समय के साथ, किसी साधारण बलवर्धक पदार्थ और व्यवहार-ज्ञान से ठीक हो जायँगी।

परन्तु ज्ञान-तन्तुओं (nerves) को कई अचानक हानियाँ ऐसी भी पहुँच जाती हैं जिनका मैथुन-शक्ति पर अधिक सीधा और अधिक गम्भीर असर होता है। पुरुष की रीढ़ पर चोट लगने या

दूसरी हानि पहुँचने से (जैसा कि शिकार में गिर पड़ने या लड़ाई में घायल हो जाने या दूसरे प्रकार की घटना में होता है) जिसमें जननेन्द्रियों को काबू में रखने वाले रीढ़ के ज्ञान-तन्तुओं का संबंध होता है, पुरुष न केवल अस्थायी रूप से वरन् थोड़ा-बहुत स्थायी रूप से भी मैथुन करने में असमर्थ हो जाता है। इसके प्रभाव नाना सूक्ष्म रीतियों में प्रकट होते हैं। यद्यपि असली शुक्रकीट की जीवनी-शक्ति और गमन शक्ति पर कुछ भी असर नहीं पड़ता तो भी हो सकता है कि इस से लिङ्ग के खड़ा होने या वीर्य-पात (क्षरण) की स्वाभाविक शक्ति में रुकावट पैदा हो, जिस से मैथुन कठिन या असंभव हो जाय। इसी प्रकार, कभी कभी ऐसा भी हुआ है कि सच मुच की कोई चोट या नुकसान नहीं पहुँचता, वरन लंबे और बहुत ज़ियादा मानसिक आयास से, जैसा कि तोप के गोले के धमाके से कई मनुष्यों को पहुँचता है या जिन लोगों को युद्ध से बहुत अधिक डर लगता है, अनेक पुरुष प्रायः नपुंसक हो गए हैं। इन की नपुंसकता कुछ तो सचमुच की थी और कुछ कल्पना से उत्पन्न हो गयी थी। इसी का नाम मैंने नपंसकत्व-आभास रखा है। डाक्टर मॅक्सवल टॅह्लिङ्ग ने मुझे बताया है कि ऐसे पुरुषों में बहुधा यह भावना पाई गई है कि उन के लिए मैथुन हानिकारक है और इस लिए संयम करना पड़ा है। इस प्रकार मानसिक क्षोभ से नपुंसक हो जाने वाले पुरुषों में से कई एक को उसी दिन से आराम होना शुरू हो गया है जिस दिन उन को इस से उलटी सलाह मिली और जिस दिन उन्हों ने उस सलाह पर आचरण करना शुरू किया। इस का बड़ा कारण यह है कि पुरुषों में यह विचार बड़े ज़ोर से फैल रहा है कि मैथुन से पुरुष में दुर्बलता और ग्लानि पैदा होती

है। पर यह एक भारी झूठ है। इस से इतनी हानि पहुँच रही है कि इस को स्पष्ट रूप से बन्द करने की ज़रूरत है।

अतएव अनेक पत्नियों को युद्ध के बाद कई वर्ष तक और अब भी, लड़ाई में इस ढंग से, प्रत्यक्ष रूप से या अप्रत्यक्ष रूप से, चोट खाए हुए पतियों पर विशेष ध्यान देना पड़ा और पड़ता है। अनेक ऐसी स्त्रियों को स्वभावतः अपने पतियों में इस मैथुन-संबंधी दुबलता के कारणों का ज्ञान न था। यह अचम्भे की बात नहीं कि डाक्टर लोग भी ऐसे परिणाम पर प्रायः ध्यान नहीं देते थे। मैंने जो कुछ दुःखी स्त्रियों से सुना है, उस से मुझे निश्चय है कि अनेक स्त्रियों ने जब युद्ध से लौटे हुए पतियों को संभोग से विरक्त, कदाचित उन के साथ मैथुन करने में असमर्थ, पाया तो उन को व्यभिचार का संदेह हुआ और व्यर्थ ही उन स्त्रियों के हृदय भग्न हो गए। जिन के हृदय में अभिमान नहीं था वे प्रिय पति पर काबू न रख सकने के लिए चुपके चुपके रोने लगीं। जो कर्कशा और अधिक आत्माभिमानी थीं वे मिहना मारने लगीं। दोनों ही बिना ज़रूरत सौत का संदेह करती थीं। पति बिलकुल उन्हीं के थे, परन्तु अवस्थाओं ने उन के पुंस्त्व को चुरा लिया था।

अलबत्ता, इस के साथ ही, लड़ाई के दिनों में काम-वासना भड़की भी बहुत थी और बिना सोचे समझे मैथुन भी बहुत हुआ था। इस की ओर तो जनता का ध्यान गया था पर इसके उलट की शायद ही किसी ने चर्चा की हो। उन जोड़ों को शायद यह बात अनोखी जान पड़ेगी जिन्हों ने कभी ऐसे पुरुष नहीं देखे जिन के ज्ञान-तन्तुओं (nerves) पर इतना दबाव पड़ा है कि वह उन के लिये सच्ची चोट के बराबर है, पर जिन में इस दबाव का

सिवा इस के और कोई बाहरी चिन्ह नहीं देख पड़ता कि वे संभो
में पति का काम करने में अशक्त हैं।

ऐसे अनुभव से अत्यन्त दुःखी कई पुरुषों की मैं विश्वा
पात्र हूँ। प्रत्येक के दुःख का प्रधान कारण यह है कि वह अपन
अनुरक्त पत्नी को इस बात का विश्वास नहीं करा सकता कि
तुम्हारा कोई दोष नहीं; कि उन के सच्चे प्रेम में कुछ भी कम
नहीं हुई; कि वह व्यभिचारी नहीं है; कि उसे किसी दूसरी स्
को आकर्षण नहीं है; परन्तु वह संभोग करने में अशक्त है। अक्स
ही यह युद्ध में पहुँची हुई हानि है। शान्ति के समयों में भी क
कभी यही बात हो जाती है, जैसा कि मोटर की यात्रा में, या दवा
और पीड़ा के प्रभाव से।

ऐसी अवस्थाओं में बहुत थोड़े पुरुष किसी अनुभ
डाक्टर से सलाह लेते हैं, और यदि वे लेते भी हैं तो उन्हें उ
सहायता के मिलने का निश्चय नहीं होता जिस की उन्हें आवश
कता है। बहुत थोड़े ऐसे डाक्टर हैं जिन को ऐसे रोगियों
बारीकियों का इतना अनुभव है कि वे सचमुच सहायता दे सक
हैं। अधिकतर पुरुष तो इस अवस्था वाले दूसरे पुरुष पर या
हँस देते हैं या विश्वास ही नहीं करते। जिस डाक्टर से पराम
लिया गया है और जिसे विश्वास हो गया है कि कुछ खराबी ज़र
है यदि उसे मालूम न हो कि कौन दवाई देनी चाहिए, तो उ
लज्जित होने की आवश्यकता नहीं, क्योंकि बहुत थोड़े से विशेषज्ञ
को छोड़ कर, किसी ने भी मनुष्य-समाज की इन शरीर-शा
सम्बन्धी आवश्यकताओं का अध्ययन नहीं किया।

हाँ, यदि ज्ञान-तन्तुओं पर दबाव का पड़ना स्पष्ट हो या गह

चोट आई हो, तो आराम धीरे धीरे होता है। इस के लिए आवश्यक है कि बहुत सा समय बीत जाय और घर में बहुत प्रेम से उस की रक्षा की जाय। यदि दुबारा विफलता हो तो पत्नी को सहानुभूति और आत्म-निग्रह की, पुष्टिकर उद्दीपन और उत्तम हुलास की मूर्त्ति हो जाना चाहिए। ऐसी हानि के बाद एक बड़ी कठिनाई पीछे से होने वाली मानसिक प्रतिक्रियाएँ होती हैं। यह मान लिया जाने पर भी कि वह रोग से मुक्त हो चुका है, पुरुष हृदय में डरता रहता है कि मुझे कहीं दुबारा विफलता न हो। मैथुन में मुझे सफलता हो, पुरुष की इस चिन्ता का ही बुरा असर होता है जो असली चोट का। उस चिन्ता से कठिनाइयाँ लंबी हो जाती हैं। जब तक आयास हो, या हानि के प्रभाव अभी तक स्पष्ट हों, या पुरुष की सामर्थ्य किसी प्रकार घटी हुई हो, तब तक किसी भी प्रकार की मैथुन की चेष्टा न करना और धैर्य रखना ही सब से उत्तम उपाय है। जब सामान्य स्वास्थ्य ठीक हो चुके तो थोड़ी देर तक विशेष गिल्टियों के निचोड़ों का सेवन कर के जनन-सम्बन्धी गिलटियों को अपना उचित बल दुबारा लाभ करने में सहायता देना बहुधा उचित और ठीक होता है। इस संबन्ध में परिशिष्ट का पहला और दूसरा पैरा पढ़िये। ऐसी आवश्यकताओं के लिए जिन निचोड़ों की सिफारिश परिशिष्ट के आठवें, नववें और दसवें परों में की गई है अस्थायी उपयोग के लिये वे बहुत सहायक जान पड़ेंगे। जब अनुमान होने लगे कि अब आराम होरहा है तो सब से बड़ी आवश्यकता इस बात की है कि पुरुष को दुबारा अपने में आवश्यक विश्वास हो जाय ताकि चिन्ता के बाधक प्रभाव उस के प्रचण्ड प्रेम को प्रकट होने से न रोक दें। जिस प्रकार बच्चा

माता पर आश्रित रहता है, उसी प्रकार पुरुष को पत्नी की सहायत
की आवश्यकता होगी । पत्नी को बड़ा कठिन और बड़े
आत्मोत्सर्ग का काम करना होगा । चाहे उसकी अपनी कामन
कितनी ही प्रचण्ड क्यों न हो, उसे चाहिए कि उसे लगाम दे क
काबू में रक्खे और उसका कोई बाहरी निशान प्रकट कर के रो
को आराम होने में रुकावट न डाले। जब डाक्टर कह दे
अब पति संभोग कर सकेगा तो स्त्री को चाहिए कि वह चुम्ब
और आलिङ्गन आदि द्वारा उस में कामोद्दीपन का प्रयत्न करे औ
यदि पति को सफलता न हो तो वह आशाजनक प्रोत्साहन के सा
हँस कर कि अगली बार सब ठीक हो जायगा उस विफलता
दूर करदे। मैथुन में भय और निरुत्साह के भाव का पुरुष
जितना बुरा प्रभाव पड़ता है उतना किसी दूसरी बात का नहीं

तीसरे प्रकरण के ३४ वें, ३५वें और ३६वें पैरों में जो सलाह
गई है वह स्त्री को उस समय अपनी स्वाभाविकता और संयम बनाए
रखने में सहायता देगी जब कि उसका पति अपनी मैथुन-शक्ति
को दुबारा प्राप्त करने के कठिन कार्य में लगा होगा। मैथुन-शक्ति की
दुबारा प्राप्ति का सारे शरीर पर असर पड़ेगा और यह रीति सजीव
और उपजाऊ बनाने वाले अनुष्ठान—मैथुन—को बढ़ायगी।

पुरुष में एक दूसरे प्रकार का घटा हुआ पुंस्त्व या नपुंसकता
भी होती है। इस के लिए लोगों में सहानुभूति का भाव कम पैदा
होता है। इसका मूल भी भिन्न है। यह हस्त-मैथुन या "आत्मदूषण"
से उत्पन्न होती है। शताब्दियों से लोग इस लत्त के लिए घृणा,
तिरस्कार और ताड़ना प्रकट करते आए हैं। इस के विरुद्ध बहु
संख्यक चेतावनियाँ दी जाती रही हैं। मुझे ऐसा जान पड़ता है कि

इन में असली बात को इतना बढ़ा कर कहा गया है कि वह अपने आप झूठ देख पड़ती है, या उनका आधार ऐसी युक्तियों को बनाया गया है जो कि विश्वास नहीं करा सकतीं; क्योंकि उन में आत्म-दूषण से बचने के लिए जो कारण दिए गए हैं वे मूलतः ठीक नहीं । हाल के वर्षों में कुछ पुरुष ने (विशेषतः स्कूल-मास्टरों ने) उलटी प्रवृत्ति दिखाई है । वे लड़कों और युवकों में आत्म-दूषण देख कर यही नहीं कि उस पर ध्यान ही नहीं देते, वरन् ढिटाई से डींग मारते हुए उसे क्षमा कर देते हैं । थोड़े से ऐसे भी हैं जो यह कहने का दुस्साहस करते हैं कि इस लत्त में कोई दोष नहीं । यह स्वाभाविक है और सब कहीं लड़कों और युवकों में पाई जाती है ।

मुझे तो यह बहुत से विनयशील युवकों और उन माताओं की घिनौनी निन्दा जान पड़ती है जिन्होंने उन का पालन-पोषण किया और जिन की बुद्धिमत्ता और प्रेमभरी शिक्षा ने बचपन से उन को ऐसी लत्त में पड़ने से बचाया होता ।

एक ओर जहाँ इस का विकृत भय और बढ़ा कर की हुई निन्दा बिलकुल भ्रम-जनक है, वहाँ मेरी सम्मति में यह आधुनिक भाव भी प्रायः उतना ही हानिकारक है । बहुत से दुःखी जोड़ों के दुःख का कारण खोजने पर यह बताया जा सकता है कि विवाह हो जाने के बाद तक भी पुरुष को पता नहीं था कि सच्चे मैथुन में क्या करना होता है और कि वह किस प्रकार अपने हाथों उस काम के लिए अपने को अयोग्य बनाता रहा है और आत्म-दूषण के द्वारा अपने सारे जीवन की एकतानता को जो। डालता रहा है ।

मैं इस पर इस लिये बल देती हूँ क्योंकि इस लत्त के विरुद्ध एक अत्यन्त आवश्यक कारण है। इस कारण का स्पष्ट उल्लेख मैंने आज तक कहीं भी, यहाँ तक कि इस विषय की बड़ी से बड़ी पुस्तक में भी, नहीं देखा। यह कारण मैं संक्षेप से अगले पैराग्राफों में दूँगी। परन्तु इसे बताने के पहले मैं यह बात साफ कर देना चाहती हूँ कि यह हस्तमैथुन के उन इक्के-दुक्के या इने-गिने उपयोगों पर लागू नहीं होता जो तन्दुरुस्त और स्वाभाविक तरुण पुरुष या लड़के करते हैं। मुझे कभी कभी ऐसे अविवाहित पुरुषों के गुप्त पत्र आते हैं जो डरते हैं कि यदि हम ने विवाह किया तो हम पागल हो जायँगे या जिन्हें विवाह करने का साहस नहीं होता, क्योंकि वे एक दो बार "घातक पाप" कर चुके हैं। इस का उत्तरदायित्व अधिकतर पुरोहितों पर है क्योंकि वे इस सच्ची बुराई की नीच अतिशयोक्ति द्वारा निन्दा करते हैं। ऐसे पुरुषों को फिर से निश्चय कराना चाहिए। यदि झूठा वर्णन करके युवक के मन में अस्वाभाविक बहुत अधिक पश्चाताप और भय नहीं उत्पन्न कर दिया गया, और यदि वह दूसरी दृष्टियों से ठीक स्वस्थ और बलवान् है, और अपने जीवन में केवल थोड़ी ही बार उसने हस्त-मैथुन किया है, तो सच ही उसे चिन्ता करने की ज़रूरत नहीं। इस बात की बहुत कम सम्भावना है कि उसे कोई हानि पहुँच चुकी होगी। उन ढोंग-भरी बेहूदगियों को ध्यान में रखते हुए जिन का इस विषय के सम्बन्ध में अनेक लोग युवकों को उपदेश किया करते हैं, मैं इस बात को स्पष्ट रूप से कह देना ही उचित समझती हूँ।

इस के विपरीत, यह बहुत ही अनुचित है कि इस लत्त में पड़ने से पुरुष की मैथुन-शक्ति की जो सच्ची हानि होती है उस के

सम्बन्ध में युवकों को चेतावनी न दी जाय। और वह यह है—

मैथुन-क्रिया केवल शारीरिक चीज़ ही नहीं, वरन् मनुष्य के हृदय और चित्त को उसकाने वाले मानसिक विचार और भावनाएँ मैथुन की शारीरिक मशीन में गति उत्पन्न करती हैं। पुरुष के लिङ्ग के गिर्द स्थानीय रूप से रक्खे हुए ज्ञान-तन्तुओं के केन्द्रों और संगी रचनाओं (accessory structures) पर कल्पना का—उच्चतर मस्तिष्क द्वारा अनुभव की हुई भावनाओं का—सीधा असर पड़ता है। इस के विपरीत, परिपक्व, फुरतीले और जवान नर में गिल्टियों के स्रावों और पके हुए शुक्रकीटों के इकट्ठा हो जाने से भी लिङ्ग खड़ा हो सकता है। यह केवल शारीरिक घटना होती है, इस का मन के साथ कुछ सम्बन्ध नहीं होता। फिर रगड़ से हस्त-मैथुन करके, अथवने शारीरिक साधनों से भी लिङ्ग खड़ा किया जा सकता है। इन सब रीतियों में लिङ्ग के खड़ा होने और ज्ञान-तन्तुओं के उत्तेजन से कामावेग पर भारी संकट आ जाता है—उस आवेग को पैदा करने वाले तन्तु (नर्व) दुर्बल हो जाते हैं। उस कामावेग का गुण, अर्थ और शारीरिक मूल्य उस के साथ की अवस्थाओं के अनुसार भिन्न भिन्न होता है। सच्चे मैथुन में पति को जिन स्वाभाविक और हितकर प्रतिक्रियाओं का अनुभव होता है उन के बाद स्वाभाविक निद्रा और सभी सच्ची तथा हितकर मैथुन-सम्बन्धी अवस्थाओं से (देखिए आठवाँ प्रकरण) प्रत्येक तन्तु शान्त और तरो ताज़ा हो जाता है। संभोग में स्त्री पुरुष से और पुरुष स्त्री से जो सूक्ष्म पदार्थ चूसती है उन का भी तन्तुओं पर बड़ा स्वास्थ्य-वर्धक प्रभाव पड़ता है।

इस के विपरीत हस्त-मैथुन करने वाला कामावेग के उत्तेजन

को तृप्त करने के उद्देश्य से स्थानीय तन्तुओं (नवज़) को इस ढंग से उत्तेजित करता है कि चरण हो जाता है । यह उत्तेजन सर्वत्र अस्वाभाविक, और प्रायः कच्चा, रूखा, और उस स्थानिक उत्तेजन से भिन्न होता है जिस का अनुभव सच्ची संभोग-क्रिया में होता है। सच्चे संभोग और हस्त-मैथुन में जो जो अन्तर हैं उन के सविस्तर वर्णन को छोड़ कर, उन दोनों के गुण और प्रकार का पता इस बात पर ध्यान देने से लग सकता है कि स्वाभाविक मैथुन में लिङ्ग का अतीव शीघ्रग्राही अग्रभाग (जो दूसरे समयों में खाल के गिलाफ़ से ढका रहता है) केवल स्त्री की योनि की अत्यन्त कोमल, गीली और सूक्ष्म दीवारों से ही संसर्ग करता है। इस प्रकार यह उत्तेजन बड़ा ही कोमल होता है। इस में किसी प्रकार की रगड़ या खुरदरापन नहीं। इस से चरण की अवस्था धीरे धीरे आती है। इस सारे काल में, जैसा कि प्रकृति चाहती है, लिङ्ग का सचेत भाग स्वाभाविक नमी और स्त्री की योनि की कोमल और सूक्ष्म खाल से सुरक्षित रहता है। प्रकृति केवल योनि के साथ ही लिङ्ग का संसर्ग चाहती है। आत्म-दूषण की कच्ची रीतियों से प्रतिक्रिया उतनी चेतन नहीं रहती और लिङ्ग के अग्र भाग को उस रगड़ और संसर्ग की आदत हो जाती है जिस का अनुभव करने के लिए प्रकृति ने उसे नहीं बनाया।

इस में सन्देह नहीं कि इस विषय में भिन्न भिन्न व्यक्तियों की बहुत सी भिन्न भिन्न अवस्थाएँ हो सकती हैं, परन्तु हस्त-मैथुन का सामान्य झुकाव प्रतिक्रिया को अधिक कड़े और कच्चे प्रकार के उत्तेजन का आदी बनाने की ओर है। इस के अतिरिक्त हस्त-मैथुन में जो स्थिति ग्रहण की जाती है वह भी अस्वाभाविक होती है। इस से कामावेग को पूरा करने के लिए जो उत्तेजन आवश्यक

है वह या तो स्थूल हो जाता है या तीव्र हो जाता है,—उसका अंश ठीक नहीं रहता। विचारों और मानसिक चित्रों को भी पुरुष के प्रेम की चीज़ से परे हटा देना आवश्यक है। शारीरिक क्रियाएँ जितनी जल्दी और जितने गहरे तौर पर कामोद्दीपन-सम्बन्धी बातों में स्वभाव बन जाती हैं उतना किसी भी दूसरे काम में नहीं। जो युवक वर्षों तक हस्त-मैथुन करता रहा है वह देखेगा कि विवाह करने के बाद, वह चाहे पत्नी से कितना ही प्रेम क्यों न करे, प्रकृति ने उसके लिए अपनी स्त्री के साथ पारस्परिक समागम की क्रिया के लिए जो स्वाभाविक उत्तेजन प्रदान किया है, जिस सूक्ष्म स्थानीय रगड़ की व्यवस्था की है वह उस प्रकार के उद्दीपन से उत्पन्न नहीं होती जिस का उस की जननेन्द्रियों ने अपने को आदी बना लिया है। इस कारण से वह देखेगा, जैसा कि अनेक अभागे नवयुवक विवाह के बाद देख चुके हैं, कि ठीक मैथुन को ठीक उत्तेजन कामावेग की स्वाभाविक अवस्था पैदा करने के लिए पर्याप्त नहीं। जब ऐसी अवस्था हो तो सचमुच विवाह की सफलता के मार्ग में भयङ्कर चट्टानें खड़ी हैं।

मैं बलपूर्वक कहती हूँ कि यदि उत्तेजन के प्रकार को, हाथ से या किसी दूसरी रीति से, बढ़ाने या बदलने की ज़रूरत है, जिस से मैथुन की स्वाभाविक रीति में फ़र्क आ जाता है, या उत्तेजन को इतना प्रचंड करना पड़ता है कि उसका फल कामावेग होता है, तो मज्जातन्तु जाल (नर्वस सिस्टम) पर और अन्त को स्वास्थ्य पर, दोनों पर, परन्तु अधिकतर दोनों के प्रेम तथा एकतानता के मौलिक आधार पर, बड़ा भारी दबाव पड़ेगा और बार बार पड़ता रहेगा।

हस्तमैथुन से क्या क्या हानियाँ होती हैं, युवकों और लड़कों को इस को दिग्दर्शन कराना भी कठिन है, परन्तु मैं अनुभव करती हूँ कि उन को इन हानियों के बताने की आज बहुत बड़ी आवश्यकता है। उन्हें इस बात का थोड़ा बहुत ज्ञान अवश्य हो जाना चाहिए कि हस्तमैथुन का स्वभाव डालना क्यों एक भारी भूल है।

स्कूल के लड़कों को अपनी भूल से या कुसंगति के कारण बहुधा यह लत्त पड़ जाती है। इस से उन की पेचीली और नाजुक जननेन्द्रिय टेढ़ी होजाती और सिकुड़ जाती है। और इसी इन्द्रिय के तन्दुरुस्त होने से आगे चल कर विवाह में सफलता होती है। इस लिए हस्तमैथुन से सच्चे विवाह की अन्तिम और स्थायी सफलता जोखिम में पड़ जाती है।

इस का एक उदाहरण श्रीयुत सी. की अवस्था है। उस की आयु ३१ वर्ष है। वह अपने को "घोड़े की तरह मज़बूत" कहता है। उस का वज़न १ मन ३७ सेर और ऊँचाई ५ फुट १० इंच है। परन्तु उस का मज्जातन्तु-जाल (नर्वस सिस्टम) "सब टूटा पड़ा है।" उसे गहरी उदासी के दौरे होते हैं। संभोग-क्रिया में भी उसका लिङ्ग बहुत थोड़ी देर खड़ा रहता है। इस से उस के लिये स्वाभाविक मैथुन-क्रिया असम्भव हो जाती है। इस का कारण वह हस्त-मैथुन को बताता है जिस की लत्त उसे स्कूल में पढ़ने के दिनों से है।

वर्तमान सामाजिक और आर्थिक अवस्थाओं के कारण व्यवसायी और ऊँची श्रेणियों के लोग देर से विवाह करते हैं। इस से अनेक स्त्रियों को पति में इस दोष का भी सामना करना

पड़ता है। फिर इस के लिए क्या किया जाय ?

यदि पुरुष, जैसा कि बहुत संभव है, अपनी स्त्री से सच्चा प्रेम रखता है, और संयोग-क्रिया में पति का काम ठीक तौर पर न कर सकने के कारण अपने को बहुत दुःखी समझता है, तो अधिक संभव यही है कि वह प्रत्येक ऐसी बात करने के लिए सहष तैयार हो जायगा जिस से उस की अवस्था का सुधार हो सकता है। खेद है कि मुझे इस का कोई आसान इलाज मालूम नहीं। पति के प्रोत्साहन के लिये पत्नी को भारी धैर्य की आवश्यकता है। उसे बहुत से भिन्न भिन्न प्रकार के †आसनों—संभोग के समय पति-पत्नी की स्थितियों—का प्रयोग कर के देखना चाहिये, क्योंकि कभी कभी एक आसन या स्थिति से मैथुन करना कठिन परन्तु दूसरे आसन से बिलकुल आसान और सुखदायक होता है (नवें प्रकरण का ४० वाँ पैराग्राफ भी देखिए)।

अनेक तन्दुरुस्त पुरुष जो हस्त-मैथुन करते रहे हैं पूरी तरह से स्वाभाविक पति बन गए हैं। दूसरे भी उन की तरह बन सकते हैं यदि उन के मन से पागल हो जाने का या हस्त-मैथुन के किसी भयानक परिणाम का डर दूर कर दिया जाय। यह डर "धर्म का पुनरुद्धार" करने वाले उपदेशकों और कई डींग से भरी पुस्तकों ने उन के मन में बैठा रक्खा है। इस डर से सारे शरीर पर उदासी छा जाती है। संभोग के लिए लिंग का उठना आवश्यक है। इस के बिना मैथुन की क्रिया संभव नहीं। लिङ्ग को उठाने के लिए जो

---

† भिन्न भिन्न प्रकार के आसनों के वर्णन के लिए देखिए मेरी पुस्तक, रति-विज्ञान (साहित्य-सदन, कृष्ण नगर, लाहौर द्वारा प्रकाशित) का 'सुरताधिकार' नामक प्रकरण। सं० रा०

विशेष नाड़ियाँ उस में रक्त भेजती हैं उन पर भी डर का सीधा प्रभाव पड़ता है।

वास्तव में तन्दुरुस्त होने पर भी डर के कारण, जिस प्रकार की नपुंसकता पुरुष में होती है उसी का नाम मैंने "नपुंसकत्व-आभास" रक्खा है। यह नपुंसकता एक घण्टे में दूर की जा सकती है यदि उस पुरुष का सच्चा विश्वास प्राप्त कर लिया जाय और उसे सिद्ध कर दिया जाय कि जिस डर का वह अनुभव कर रहा है उस का कारण वे निरर्थक बातें हैं जो बहुत बढ़ा कर उसे बताई गई हैं और इस डर ने ही नपुंसकता पैदा की है। एक बार डर के दूर होते ही पुरुष फिर स्वाभाविक मैथुन का आनन्द लेने लगता है।

नपुंसकत्व-आभास पैदा करने में पाप का भाव भी उसी प्रकार काम करता है जैसे कि डर। अतिशय धार्मिकता का भाव, जिस के साथ पाखण्ड भी मिला रहता है, अभी तक भी अनेक ऐसे घरों में पाया जाता है जहाँ धर्म की झूठी व्याख्या ने स्वाभाविक काम-वासना को मार डाला है और इस दुष्ट भाव का प्रचार करके कि मैथुन करना नीचता है संभोग की महत्ता को मैला कर दिया है। अतिशय धार्मिकता का यह भाव प्रायः युवाकाल के आरम्भ में ही लोगों के मन में भरा जाता है। यह मनोभाव पुरुषों की अपेक्षा स्त्रियों में अधिक स्थायी होता है। तो भी यह कई पुरुषों में पाया जाता है और विवाह में ठीक तन्दुरुस्ती के रास्ते में रुकावट का काम करता है।

हस्त-मैथुन करने वाले का बिलकुल उलट वह पुरुष है जिस ने काम वासना का कोई भी चिन्ह कभी भी प्रकट नहीं किया और पूर्ण दमन का जीवन व्यतीत किया है। इस प्रकार का पुरुष वह

होता है जिसे तीस वरन् चालीस वर्ष की अवस्था तक स्त्रियों से बिलकुल अलग रह कर अपनी "पवित्रता" को बनाए रखने की शिक्षा दी गई होती है। चालीस वर्ष की अवस्था में शायद, जब उस की स्थिति विवाह करने की हो सकती है, वह किसी स्त्री के प्रेम-पाश में फँस जाता है और पहले दमन के कारण सम्भवतः अधिक प्रगाढ़ प्रेम करता है। परन्तु अपनी "पवित्रता" के काल में वह रात्रि-दूषणों से बच नहीं सका। ये स्वप्न-दोष बिलकुल स्वाभाविक हैं, ऐसा समझने के लिए उसे उत्साहित किया जाता रहा है। और उन थोड़े से वर्षों में जिन में लड़का किशोर अवस्था से निकल कर पूरी जवानी को प्राप्त होता है, ये होते भी स्वाभाविक हैं। प्रकृति नहीं चाहती कि पूरी आयु का पुरुष वर्षों अविवाहित बना रहे। जल्दी विवाह करना स्वाभाविक और ठीक है। दिन पर दिन मेरा यह विश्वास दृढ़ होता जा रहा है कि देर से विवाह करने की आदत से, जो इतनी आम होती जा रही है, जाति को असंख्य हानियाँ होने का भय है। देर से विवाह करने से अगणित शारीरिक और सामाजिक बुराइयाँ और बे-हिसाब दुःख और असन्तोष पैदा होता है। हो सकता है कि प्रकृति अपना बदला ले और देर से विवाह करने पर पुरुष अपने को नपुंसक। लगभग नपुंसक पाय या वह मैथुन से इतना अधिक उत्तेजित हो जाय या इतना थक जाय कि समय से पहले वीर्य स्खलित हो जाने के कारण सच्चा विवाह लगभग या बिलकुल असम्भव हो जाय। ऐसी बुराइयों से बचने और ठीक जीवन व्यतीत करने की सब से उत्तम रीति यह है कि पुरुष जवानी में विवाह करके प्रेम से रहे।

डाक्टर आर्थर कूपर ने ठीक कहा है—"प्रत्येक बात व्यक्ति पर

निर्भर करती है, परन्तु संभवतः यह एक सामान्य नियम बनाया ज सकता है कि बरबस रखाया हुआ और दीर्घ काल तक रखा हुआ संयम, अपने समय के अनुसार, सदा ही थोड़ी या ज़ियादा हानि करता है।" (दि सेक्षुएल डिसअबिलिटीज़ आव मैन, लण्डन १९२०)।

विशेष अवस्थाओं में शरीर में जिन असरल अणुओं की कमी हो जाती है उन अणुओं से शरीर को पोषित करने का क्या लाभ है, इसकी पूरी व्याख्या मैं तीसरे प्रकरण के तीसवें पैराग्राफ मे कर आई हूँ। जिन लोगों ने उन पृष्ठों को नहीं पढ़ा वे कृपया उनको पढ़ें। कारण, जिन कमियों का अभी वर्णन किया गया है उन से कष्ट पाने वाले पुरुषों को दुबारा स्वाभाविक दशा में लाने के लिए मैं यहाँ विशेष गिल्टियों के निचोड़ों के उपयोग पर विचार करना चाहती हू। इस में कोई आश्चर्य की बात नहीं कि गिल्टियों की फ़ुरती पर आश्रित रहने वाला कोई शारीरिक व्यापार, जैसा कि पुरुष का मैथुन-व्यापार है, कभी कभी पूरी सफलता प्राप्त करने में असमर्थ हो जाय और उसे गिल्टियों का निचोड़ देने से लाभ हो। भिन्न भिन्न प्रकार की कुछ गिल्टियाँ मनुष्य-देह के भिन्न भिन्न भागों के स्राव पैदा करके पुरुष की मैथुन-संबंधी चेष्टाओं पर असर डालती और उन को काबू में रखती हैं। यदि इन में से किसी एक में घटाव या बढ़ाव हो जाय और भीतरी गिल्टियों का साम्य न रहे, तो स्वाभाविक मैथुन-क्रिया में कोई अस्वाभाविकता या कठिनाई अनुभव होगी। इन गिल्टियों की परस्पर क्रिया और प्रतिक्रिया का आपसमें इतना घनिष्ट सम्बन्ध है कि एक में कमी होने का असर चट दूसरियों पर पड़ेगा। इस लिए सामान्य विफलता और जीवनी-शक्ति

की कमी के लिए विविध प्रकार के गिल्टियों के कम्पौंड, अर्थात् व्यक्ति विशेष की ज़रूरत के अनुसार बनाए हुए भिन्न भिन्न निचोड़ों के मिश्रण, सम्भवतः उन पुरुषों के लिए बहुत लाभदायक सिद्ध होंगे जिन की मैथुन-शक्ति ठीक से कम है। (देखिए परिशिष्ट क, नं. २)

जहाँ उस दुर्घटना या हानि का कोई निश्चित इतिहास मौजूद न हो जिसे जीवनी-शक्ति के कम हो जाने का कारण ठहराया जा सके, और पुरुष केवल स्वाभाविक से बहुत ही नीचे हो, वहाँ किसी गिल्टी के निचोड़ के सेवन से हितकर परिणाम निकलने की बहुत सम्भावना है। किसी उपयुक्त मिश्रण (मिक्सचर) का दृढ़ता-पूर्वक दो तीन मास सेवन करने से सम्भवतः पुरुष में ठीक मैथुन-शक्ति आ जायगी। एक ऐसी अवस्था होती है जिस में ऐसा प्रतीत होता है कि पुरुष सचेष्ट शुक्रकीट नहीं उत्पन्न कर सकता। इन निचोड़ों के सेवन से वह अवस्था भी ठीक हो जाती है और पुरुष सन्तान पैदा करने में समर्थ हो जाता है।

इस प्रकरण में जो संकेत किए गए हैं वे इस बात को मान कर किए गये हैं कि पुरुष का एक ठीक स्त्री के साथ विवाह हुआ है, वह अपनी न्यूनता से दुःखित है, उसे इस न्यूनता का ज्ञान है, और वह दुबारा ठीक पुंस्त्व को प्राप्त करना चाहता है। कुछ पुरुष ऐसे भी हैं जो अपने को ठीक से नीचे समझते हैं। वे आप इसे आधी-नपुंसकता समझते हैं या उनकी पत्नियाँ उन्हें बताती हैं कि यह आधी नपुंसकता है। इस से वे बड़ी चिन्ता में रहते हैं। परन्तु वास्तव में उन में कोई दोष नहीं होता। बात केवल इतनी होती है कि उनका विवाह ऐसी स्त्रियों के साथ हुआ होता है जिनमें विशेष रूप से बहुत अधिक मैथुन-सामर्थ्य होता है।

से इस प्रश्न पर कुछ प्रकाश पड़ेगा। पुरुष को सावधान रहना चाहिए कि वह कहीं अपनी स्वाभाविकता और पुंस्त्व को कम न समझने लगे। कारण, मैं कई ऐसे पुरुषों की विश्वास-पात्र हूँ जिन का स्वाभाविक से अधिक मैथुन-सामर्थ्य रखने वाली स्त्रियों के साथ विवाह हुआ है, पर जो अपने को इस लिए कुछ नपुंसक समझते हैं क्योंकि वे दिन में "केवल" एक ही बार मैथुन कर सकते हैं! यह न केवल अधिकता से "स्वाभाविक" है, वरन्, यदि वर्षों तक इसी प्रकार होता रहे तो, उस से बहुत अधिक है जिसे मैं मैथुन की पूर्ण रूप से ठीक मात्रा समझती हूँ। जो कोई पुरुष अपने को इस स्थिति में पाय उसे कोई व्यक्तिगत आत्म-धिक्कार नहीं अनुभव करना चाहिए और न ही उसे किसी प्रकार अपने पुंस्त्व को बढ़ाने का उद्योग करना चाहिए, वरन्, अपनी पत्नी को तीसरे प्रकरण के पैराग्राफ ३४, ३५ और ३६ में लिखे संकेतों पर आचरण करने की सलाह देनी चाहिए।

पाँचवाँ प्रकरण

कच्चा क्षरण

"प्रेम में असंयम करना निश्चय ही उस अमृत को गिराना है जो परमानन्द का देने वाला है।"—एनन

मैं पहले यह स्पष्ट कर देना चाहती हूँ कि "कच्चे क्षरण" से मेरा अभिप्राय वह साधारण शीघ्रता और असावधानता नहीं जो सभी बिलकुल ठीक पुरुष मैथुन में करते हैं और जिस पर "विवाहित प्रेम" में विचार किया जा चुका है। वहाँ मैंने स्वस्थ युवकों और युवतियों को सहायता और शिक्षा पेश की है। अब इस प्रकरण में मैं स्वाभाविक से ज़रा परे हटी हुई दशाओं को लेती हूँ। इन दशाओं में पुरुष का वीर्य भक से या इतनी जल्दी से क्षरित होता है कि उस की अपना प्रतिक्रियाएँ भी अधूरी रह जाती हैं। हो सकता है कि

क्षरण इतनी शीघ्रता से हो कि अङ्गों के स्पर्श मात्र से वीर्यपात हो जाय, या लिङ्ग का योनि में प्रवेश होते ही कुछ ही सेकण्ड में पुरुष को अधूरा कामावेग हो जाय। पहली अवस्था का परिणाम यदि यह एक स्वभाव बन चुका है, सचमुच की नपुंसकता होती है, क्योंकि इससे पुरुष में मैथुन का सामर्थ्य नहीं रह जाता। के विपरीत, यदि विवाह के आरम्भ में यह अवस्था हो, जैसा बहुधा होता है, तो हो सकता है कि पुरुष तो इस स्वभाव को छोड़ ले, परन्तु स्त्री पर यह विपत्ति-जनक और स्थायी असर छोड़ जाता है। (देखिए छठा प्रकरण, पैराग्राफ २१--२२)

कच्चे क्षरण का अधिकतर रूप यह होता है कि पुरुष लिङ्ग का प्रवेश कर सकता है। उसे थोड़ी बहुत मस्ती भी हो जाती है, परन्तु वह और उसकी पत्नी दोनों पूर्ण और सन्तोषदायक क्रियाओं से वञ्चित रह जाते हैं।

व्यवसायी और उच्च श्रेणियों के ब्रिटिश पुरुषों में क्षरण इतना अधिक देखकर मैं हैरान रह गई हूँ। हाथ से करने वाले लोगों के घरों में "समस्या के रूप में" इसके होने का मुझे बहुत कम प्रमाण मिला है। मैं समझता हूँ उनमें यह दोष बहुत कम है। पब्लिक स्कूलों और यूनिवर्सिटियों में पढ़े हुए पुरुषों में यह दोष बहुत बढ़ा हुआ है। मैं जानती हूँ कि न केवल बहुत से पुरुष इस प्रकार पीड़ित ही हैं, वरन ये वे पुरुष हैं जिनके सम्बन्ध में उनके डाक्टरों को भी कभी सन्देह नहीं होता कि उनमें ठीक मैथुन-शक्ति की कमी है। हो सकता है कि डाक्टर किसी पुरुष की स्त्री का चिड़चिड़ापन (nerves), ज्ञान-तन्तुओं का दुर्बलता (न्यूरस्थीनिया), पीलापन (क्लोरोसिस) या किसी दूसरे अधिक

भयानक रोग की चिकित्सा करे और असली बीमारी का उसे पता
न चले।

इस कारण से मैथुन में होने वाली विफलता से अनेक
ाइयाँ उत्पन्न हो जाती हैं। जहाँ इस के प्रभाव को दूर करने
ली कोई काफी मज़बूत बात मौजूद न हो वहाँ इसका स्वाभाविक
रिणाम तन्दुरुस्ती का ठीक न रहना, मिज़ाज का चिड़चिड़ापन
ौर तलाक़ होता है।

अनेक ऐसे पुरुषों का मुझ में विश्वास है जिन्होंने "विवाहित
म" पढ़ी है और इस दोष में फँसे होने पर जहाँ तक उनसे हो
कता है उसमें दिए उपदेश पर आचारण किया है। उन्होंने देखा
कि जब तक उनको यह तक्लीफ रहती है तब तक उनके लिये
थुन की उस पूर्ण प्रतिक्रिया को प्राप्त करना असंभव होता है
जेस के बिना पति-पत्नी दोनों का पूर्ण सन्तोष नहीं होता।

श्रीयुत म० की दशा अगणित पुरुषों की दशा का एक नमूना
। वह कहता है—"मैं विवाहित हूँ। मेरी अवस्था २७ वर्ष की
। मेरे एक सुन्दर बालक है। दो वर्ष हुए जब मैंने विवाह किया
तो मैंने देखा कि प्यारी पत्नी के साथ संभोग करने में मुझे बहुत
थोड़ा शारीरिक सुख मिलता है, और स्त्री से प्रायः मिलते ही वीर्य
स्खलित हो जाता है। इस शीघ्र स्खलन के कारण मैं सदा शोकाकुल
रहता हूँ, क्योंकि इसका अर्थ यह है कि मैं मैथुन-क्रिया को कभी
भी इतनी लम्बी नहीं कर सका कि मेरी प्यारी में मस्ती उत्पन्न हो
जाय। इस क्रिया पर मेरी इच्छा-शक्ति का कुछ भी अधिकार नहीं।
चाहे मैं कितना ही यत्न करूँ मैं एक मिनट से अधिक च्चरण—
वीर्य के गिरने—को नहीं रोक सकता, और वह भी तब जब मैं

बिलकुल हिलूँ-डुलूँ नहीं। यदि मैं हिला-डुलाकर लिङ्ग को उत्तेजित करूँ, तो इससे भी बहुत कम समय में मेरा स्खलन हो जाता है। जब से विवाह हुआ है हम औसतन चार पाँच दिन बाद समागम करते रहे हैं। कभी कभी इससे भी अधिक लम्बे अन्तर होजाते हैं।

वह पूछता है—"मैथुन-क्रिया देर से पूरा हो, इसके लिए देर तक ब्रह्मचर्य से रहने के सिवा क्या मैं कुछ और भी उपाय कर सकता हूँ ? क्या मेरी डाक्टरी चिकित्सा सम्भव है ? इस सम्बन्ध में ठीक और तन्दुरुस्त होने के लिए मैं सब कुछ करने को तैयार हूँ।"

श्रीयुत ह० अनेक वर्ष तक हस्त-मैथुन की लत्त में फँसा रहा था। इससे उसकी प्रतिक्रियाएँ पेचीली होगई थीं। इस लत्त के कुछ प्रभाव भिन्न भिन्न नमूनों के पुरुषों में विपरीत दिशाओं में कार्य कर सकते हैं। कहने का तात्पर्य यह कि बहुत अधिक हस्त-मैथुन करने वाला, जब अन्त को प्रेम तथा विवाह करता है, तो हो सकता है कि उसका वीर्य इतनी शीघ्रता से त्तरित हो जाय कि वह अपनी पत्नी के साथ बिलकुल ठीक मैथन न कर सके। इसके विपरीत, इस को उलट भी हो सकता है। हो सकता है कि उसमें मैथुन का प्राकृतिक उत्तेजन इतना थोड़ा हो कि उससे मस्ती बिलकुल पैदा ही न हो, या उसका लिङ्ग खड़ा तो बहुत देर तक रहे परन्तु उसमें त्तरित होने की शक्ति नष्ट हो जाय।

अभी हम शाघ्र पतन के रोगी पर विचार करते हैं—वह क्या कर सकता है ? ऊपर लिखे श्रीयुत ह० को यह संस्कार था कि दीर्घ काल तक ब्रह्मचर्य रखने अर्थात् देर देर बाद समागम करने से इस रोग के चंगा होने में सहायता मिलेगी। यह भूल बहुत आम है। कई दूसरे कारणों से संयम उपयोगी और आवश्यक है, परन्तु कच्चे

क्षरण को चंगा करने में इससे बहुत कम सहायता मिलती है। इसके विपरीत, जिस विधि की सलाह मैं अकसर दिया करती हूँ, और जिसमें कुछ सफलता भी हुई है, वह यह है कि इस रोग से पीड़ित पुरुष को, कच्चे क्षरण से खराब हो जाने वाले मैथुन के बाद, उसी रात या अगली रात, निश्चित रूप से दूसरी बार समागम करने का यत्न करना चाहिए। वास्तव में, बहुधा, उन पुरुषों की अवस्था में जिनका रोग हस्त-मैथुन से पेचीला नहीं हो चुका, देर तक संयम और दमन करने का फल बहुत शीघ्र क्षरण होता है, क्योंकि एक तो देर की बंद पड़ी काम-वासना छूटती है, दूसरे सचमुच के स्राव इकट्ठे हुए होते हैं। ऐसी अवस्था में थोड़े थोड़े अन्तरों पर बार बार स्वाभाविक मैथुन करना रोग को पूरी तरह से चंगा करने के लिए काफी होता है।

पति-पत्नी में से किसी एक की लम्बी बीमारी, या बरबस लम्बी जुदाई के कारण, इस प्रकार का बहुत जल्दी हो जाने वाला क्षरण ऐसे विवाह में भी हो सकता है जो अब तक सुव्यवस्थित रहा है। उन के लिए ठीक मैथुन, इच्छा-शक्ति का प्रयत्न, और व्यवहार-बुद्धि का प्रयोग रोग को चंगा करने के लिए पर्याप्त होता है।

परन्तु श्रीयुत ह० जैसे पुरुष के लिए जो इस गिराने वाले दोष से इतनी देर तक दुःख पाता रहा है कि अकेली संकल्प-शक्ति उसे कुछ सहायता नहीं देती, क्या कोई और उपाय भी है? हाँ, है। मैंने ऐसे बहुत से रोगियों की अवस्था पर विचार किया है, और इस परिणाम पर पहुँची हूँ कि इसका एक आवश्यक कारण लिङ्ग के अग्रभाग पर छाई हुई कोमल झिल्ली का बहुत अधिक सचेतन होना हो सकता है। इसके साथ कभी कभी एक दूसरी अवस्था भी

पाई जाती है। इस का कारण यह होता है कि जिस पुरुष को हर
मैथुन की लत्त हट चुकी है या जो इस रोग से मुक्त होने ही वा
है, वह अपने लिङ्ग को हाथ लगाने से डरता है और इस प्रक
लिङ्ग के ऊपर की खाल को पीछे न हटा कर वैसे ही रहने देता
जबकि वास्तव में रोज़ उसे पीछे हटाकर धोने से उसे लाभ
सकता है।

श्रीयुत स० एक दूसरे नमूने की समस्या के सम्बन्ध में पूछ
है। वह कहता है : "आप इस बात को आवश्यक बताती हैं कि प
की प्रतिक्रिया तब तक न होने पावे जब तक कि पत्नी भी उ
अवस्था में न पहुँच जाय। परन्तु इसके लिए करना क्या चाहिए
मेरी अपनी प्रतिक्रिया आधे मिनट से भी कम में हो जाती है, औ
मेरी समझ में नहीं आता कि केवल संकल्प-शक्ति से ही पुरुष इ
जल्दी होने से कैसे रोक सकता है।

मैथुन-क्रिया को जहाँ तक हो सके लंबा करने के लिए मैं
अनेक विधियों से यत्न करके देखा है जैसा कि लिङ्ग-प्रवेश के बा
निश्चेष्ट पड़ा रहना और वीर्य का क्षरण हो जाने के बाद भी गति
को जारी रखना। ये सन्तोषजनक नहीं। यदि मेरे जैसी अवस्था
वालों के लिए भी कोई इलाज हो तो लिख कर अनुगृहीत कीजिए।
मैं नव-युवक नहीं—वास्तव में मैं चालीस से ऊपर हूँ।......"

श्रीयुत ह. और श्रीयुत स. दोनों की अवस्था बहुतेरे पुरुषों
की अवस्था का नमूना मात्र है। डाक्टरी के छपे हुए प्रामाणिक
ग्रन्थों में मुझे इस के लिए कोई उपयोगी नुसखा नहीं मिला, न ही
वे डाक्टर ही कोई सलाह देते हैं जो इस रोग वाले पुरुषों के प्रति
सहानुभूति रखते और उन की सहायता करना चाहते हैं। इस

लिए मैंने इस विषय पर स्वयं विचार करना शुरू किया और मैं इस परिणाम पर पहुँची हूँ कि लिङ्ग के अगले भाग की बहुत अधिक सचेतन (Sensitive) खाल को एक साथ डिसइनफ़ेक्ट, साफ़, और ज़रा कड़ा करने से कुछ लाभ होने की संभावना है। यह एक सरल क्रिया है। इस के लिए मैंने एक लोशन (घाव आदि धोने की दवाई वाला पानी) निकाला है। इस में बहुत ही सादा और निर्दोष चीज़ें पड़ती हैं। उसका नुसखा नीचे दिया जाता है। जब तक डाक्टर लोग इस विषय पर गम्भीरता-पूर्वक विचार करना शुरू न करें और इस से कोई अच्छी चीज़ प्रकाशित न करें, तब तक मैं बेबस हो कर बहुत जल्द क्षरित हो जाने वाले पुरुषों के लिए आगे लिखी सलाह देती हूँ—रोज़ लिङ्ग के अगले भाग के चमड़े को पीछे हटा कर साबन और ठंडे पानी से धो। फिर विशेष लोशन से इसे साफ करो, फिर डाक्टरी रुई (कॉटन वूल) का छोटा सा फाहा इस लोशन में भिगो कर लिङ्ग के अगले भाग पर छींटे मारो। तब उसे लोशन के साथ भीगा रहने दे कर खाल को दुबारा धीरे धीरे उस पर चढ़ा दो। इस लोशन में पड़ने वाली चीज़ें सभी अँगरेज़ी दवा बेचने वालों के यहाँ मिल सकती हैं। पुरुष को यह लोशन आप ही तैयार कर लेना चाहिए :—

लिङ्ग के अगले भाग के लिए लोशन

१ फ्लूइड औंस लिस्टरीन	1. Fluid oz. Listerine.
२० बूँद टिंक्चर ऑफ बनज़ाइन	20 drops Tincture of Benzoin.
१ औंस पिसी हुई फिटकरी	1 oz. Powdered Alum.

¼ औंस बोरेसिक एसिड क्रिस्टल ¼ oz. Boracic Acid Crystals.

फिटकरी और बोरेसिक एसिड दोनों को मिला कर ८ औंस गरम पानी में घोलो। जब पानी ठंडा हो जाय तो लिस्टरीन और बनज़ाइन की २० बूँदें मिला कर हिला दो।

उपयोग में लाते समय पहले बोतल को खूब हिला लिया करो। ठंडा ही इस्तेमाल करो। इस में और पानी मत मिलाओ।

अच्छी से अच्छी चीज़ जो मैं बना सकी हूँ वह यही लोशन है। परन्तु यदि मुझे सावधानी से लिखे हुए बहुत से लोगों के अनुभव मिल जाँय तो शायद मैं इस का सुधार या इस में परिवर्तन कर सकूँ। इस लिए जिस पुरुष को शीघ्र स्खलन का रोग हो और जिस ने मेरे उपर्युक्त परामर्श पर आचरण किया हो, यदि वह इस के परिणाम के संबंध में मुझे पूरा पूरा हाल लिख भेजें तो मैं कृतज्ञ हूँगी। कुछ पुरुषों को दो तीन दिन के भीतर ही फ़ायदा मालूम होने लगा है, कइयों को कुछ सप्ताह में और कुछ ने तन्दुरुस्त होने में कई मास लिए हैं। बहुत कुछ दूसरी बातों पर निर्भर करता है। सङ्कल्प-शक्ति पर भी बहुत कुछ निर्भर है। रोगी के चंगा होने में यह सब से अधिक काम करती है। यदि छः मास तक बराबर इलाज करने के बाद भी कोई फायदा मालूम न हो, तो संभवतः फिर इस इलाज को छोड़ देना ही अच्छा है, क्योंकि इस से जान पड़ेगा कि यह इलाज उस की विशेष आवश्यकताओं को पूरा नहीं कर रहा, और लोशन का और अधिक काल तक उपयोग करने से अधिक संभव यही है कि कुछ लाभ नहीं होगा, यद्यपि कई बार हो भी जाता है।

वहुधा फ़ैलोस सिरप ऑव हाईपोफासफाईट्स जैसे किसी सामान्य टानिक (पौष्टिक औषध) का सेवन अच्छा रहता है। यह एक विशुद्ध रासायनिक चीज़ है। इस से अच्छी पौष्टिक औषध दूसरी नहीं मिलती। सब कोई बे-खटके इसका सेवन कर सकता है।

कुछ पुरुषों का अगला चमड़ा वहुत अधिक लंबा होता है। इस से ऐसी कठिनाई पैदा हो सकती है जिसके लिए यह सोल्यूशन (पानी में घुली हुई दवा) का इलाज काफी न हो। अधिक संभव है कि इस दशा में खतना ज़रूरी हो, यद्यपि आम तौर पर मैं खतने के पक्ष में नहीं। (देखिए मेरी सी. स्टोप्स कृत सॅक्स एण्ड दि यंग, अध्याय ४)। खतने से लिङ्ग का अगला भाग नङ्गा रहने लगता है। इस से उस की चमड़ी कड़ी हो जाती और उसकी सचेतनता (Sensitiveness) घट जाती है। जिस पुरुष में वहुत अधिक सचेतनता हो—जिस के लिङ्ग के अगले भाग पर हलके से स्पर्श का भी असर हो जाता हो—उस के लिए खतना ठीक है, परन्तु इसके उलटे नमूने के पुरुषों में इस की विलकुल ज़रूरत नहीं। इस देश में आजकल ईसाइयों में सब बच्चों का खतना करने का रिवाज होने लगा है। यह भारी भूल है। इस से आगे चल कर वह भारी खटपट होने की संभावना है जिस की कभी आशा नहीं की जाती।

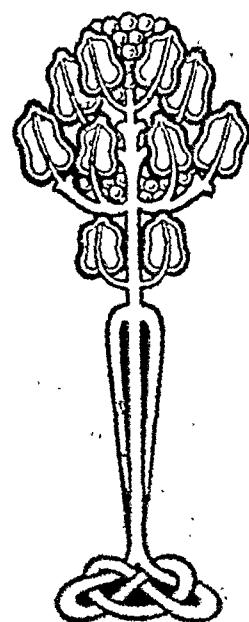
समय से पूर्व ही वीर्य का क्षरित हो जाना एक "सभ्यता का रोग" है। इस ने मैथुन-संबन्धी ऐसी समस्याएँ खड़ी कर दी हैं जिन पर आज तक स्पष्ट और यथोचित रूप से कभी भी विचार नहीं हुआ। इस सारे विषय की उपेक्षा की जाती रही है। अमेरिकन डाक्टर रोबी जैसे थोड़े से गम्भीर विचारकों ने ही इस पर कुछ ध्यान दिया है। पर इस रोग को जानने के लिए

भारी मानसिक प्रयास की ज़रूरत है उस में वह कोई क्रियात्मक शारीरिक सहायता नहीं देता। इस लिए ऊपर लिखे संकेत, इतने सरल सौर सीधे होने पर भी, अनेक पुरुषों को सचमुच सहायता देंगे।

समय से पहले वीर्य के स्खलित हो जाने के अनेक कारण हैं। उन में से कुछ तो बिलकुल मानसिक प्रतिक्रियाएँ हैं, जैसे कि यह डर कि मुझे मैथुन में सफलता होगी या नहीं, बहुत अधिक जोश इत्यादि जिसका कारण बित्त से बाहर काम करने से पैदा हुई दुबलता या चिन्ता या मन को शान्त करने के लिये अवकाश का न मिलना होता है। और कुछ कारण शरीर-शास्त्र-संम्बन्धी भी हैं, जैसे कि रोग के बाद के असर और अस्वाभाविक धारणाओं या तपस्वियों जैसे दमन से लगातार देर तक संयम करने के असर। हस्त-मैथुन या क्षरण होने से पहले लिङ्ग को बाहर निकाल लेने या काम-वासना के निग्रह के बाद के प्रभावों का परिणाम कभी कभी यह होता है कि वीर्य अपने आप बाहर क्षरित होने लगता है। और इसी बात को रोकने या अनुचित रूप से प्राप्त करने की पहले (अर्थात "आत्म-संयम" का विधि के रूप में क्षरण से पहले लिङ्ग को निकाल लेने का अभ्यास करते समय) इच्छा की जाती थी।

इन कारणों के अतिरिक्त, कुछ पुरुषों के लिङ्ग के अगले भाग की खाल स्वाभाविक रूप से बहुत बारीक और बहुत अधिक सचेत (sensitive) होती है।

यह बात स्पष्ट है कि पति के कच्चे क्षरण का—समय से पहले ही क्षरित हो जाने का—इलाज करने के लिये उस की मानसिक अव-

स्थाओं का कारण मालूम करने की भी ज़रूरत है। इस के बाद पति के पूर्व इतिहास के अनुसार मानसिक भाव और तक की भिन्न भिन्न रीतियों का अनुसरण करना चाहिए। पत्नी के सह-योग का अक्सर ज़रूरत होती है, विशेषतः जहाँ वह ऐसा स्त्री है जो पति से, अनेक अपर्याप्त कारणों से, अधिक बार मैथुन न करने का तकाज़ा करती है, जिस से पति को अपना काम-वासना के दमन के लिये बहुत अधिक प्रयास करना पड़ता है।

छठा प्रकरण

ठण्डी भार्या

"हम काम की कमी से उतनी बाँझ नहीं जितनी कि विश्राम न मिलने से। बुद्धिमान अपने विश्राम के समय में बुद्धिमत्ता प्राप्त करता है।"

ठण्डी भार्या स्वाभाविक चीज़ नहीं। अस्वाभाविक अवस्थाएं ही पत्नी को ठण्डी या बाँझ बना देती हैं। प्रकृति में, यद्यपि सदा सब प्रकार की अचानक विचित्रताएँ रहती हैं, तो भी कुव्यवस्थित की वृद्धि नहीं होती।

प्रकृति में बाँझ मादा पशु-पक्षियों की संख्या बहुत नहीं हो सकती, क्योंकि वे खुद अपने लिए तथा जाति के लिए निष्फल तथा हानिकारक होती हैं। परन्तु बनावटी सभ्यताओं में, जो कई शताब्दियों से फूल रही हैं, "ठण्डी भार्या" (या जिसे यों ही ठण्डी

मान लिया गया है) बिलकुल उन अस्वाभाविक अवस्थाओं में काम चलाने के लिए बनाई गई है जो समाज के बनावटी झूठों ने मनुष्य के जीवन पर ठूँस रक्खी हैं। अतीत काल में ऐसे पुरुषों की संख्या अधिक थी जो पत्नी को सब बातों में अपना सच्चा हिस्सेदार और मैथुन का साथी नहीं, वरन् घर की नौकरानी और बच्चे पैदा करने की मशीन समझते हैं। जिस समय मानव-जाति किसी प्रकार की सभ्यता की नींव डालने का प्रयत्न कर रही थी, लड़ने वाले नर की प्रधानता और घर में मिलने वाली कोमल रक्षा ने समाज को सुरक्षित बनाने में निस्सन्देह बड़ा काम किया था। ये अपेक्षाकृत आरम्भिक दशाएँ तो बीत गईं, परन्तु मैथुन के सम्बन्ध में जो झूठी शिक्षा इन्हों ने दी थी वह अभी रहती है। इस का परिणाम यह है कि अब भी बहुत सी लड़कियों से कामवासना का दमन इस प्रकार कराया जाता है कि उस से उनके स्वाभाविक विकास की घोर हानि होती है।

अब भी बहुत सी स्त्रियों में इस झूठी शिक्षा का गहरा असर है कि मैथुन में स्त्री को यह दिखलाना और अनुभव नहीं करना चाहिए कि उसे आप आनन्द आता है। इसका परिणाम यहाँ तक होता है कि, विवाह के बाद, उन का मनोभाव और मानसिक प्रतिक्रियाएँ ऐसी हो जाती हैं कि मैथुन के प्रति उनके मन में जो देर से घृणा का भाव बैठा हुआ है और जो उनकी प्रकृति का प्रायः एक अंग ही बन चुका है, वे उस भाव को दबा नहीं सकतीं। इस से प्रतिक्रियाओं के धीमा या अधूरा होने का डर रहता है और इनके धीमा और अधूरा होने से उनका अपना और उनके पतियों का स्वास्थ्य और सुख नष्ट हो जाता है।

मैं ऐसी कई स्त्रियों और उनके पतियों को जानती हूँ। मेरे मन में श्रीयुत ड० का विशेष रूप से विचार है। उसका विवाह हुए बीस वर्ष हो चुके थे और वह दो सुन्दर बालकों का पिता था। मेरे अपने विवाह के समय उसने मुझे बताया कि अपनी पत्नी का चुम्बन और आलिङ्गन करने में उसे कितनी कठिनाई का सामना करना पड़ा था क्योंकि उसकी स्त्री में छोटी आयु से बड़े बेहूदा विचार घर किए हुए थे। धीरे धीरे चुम्बन और आलिङ्गन द्वारा पत्नी को मैथुन के लिए राज़ी करने में उसे तीन चार वर्ष लग गए। वे एक दूसरे के प्रति गम्भीर और प्रचण्ड प्रेम का अनुभव करते थे। अन्त को इस प्रेम की विजय हुई और वे एक अत्यन्त सुखी जोड़ा बन गए। बहुत थोड़े पुरुष श्रीयुत ड० के समान शान्त और बुद्धिमान होते हैं। यदि वे अपनी दुलिहनों का मन बहलाना चाहते भी हों तो भी उन्हें पता नहीं होता कि मानस-शास्त्र की दृष्टि से इतने कठिन और सूक्ष्म काम को कैसे आरम्भ करना चाहिए। यह दिखलाने के लिए कि यह काम हो सकता है, मैं श्रीयुत ड० का नाम लेती हूँ। मैं कई बार उनके यहाँ अतिथि के रूप में ठहरी हूँ। तब मुझे उनके गार्हस्थ्य-जीवन को निकट होकर देखने का मौका मिला है। उनका विवाहित जीवन इतना सुन्दर है कि यह कहना पड़ता है कि इस काम में उसे जितना परिश्रम करना पड़ा उसका करना ठीक ही है। श्रीयुत ड० जैसा मज़बूत और सहृदय पति पाने का सौभाग्य बहुत थोड़ी स्त्रियों को प्राप्त होता है। इस लिए, वर्तमान अवस्थाओं में, इस आप पैदा किए हुए "ठंडेपन" में फँस जाने की उन की बहुत सम्भावना है, चाहे आदर्श संसार में प्रेम के द्वारा ठंडापन दूर कर के वे फिर ठीक बना दी जायँ।

कई पत्नियाँ इतनी ठंडी होती हैं कि इतना ही नहीं कि उन्हें आप काम-वासना का अनुभव नहीं होता, वरन वे उस उत्तेजन और आनन्द के स्वरूप की कल्पना भी नहीं कर सकतीं जिस का अनुभव उन के पति को मैथुन में होता है। इस का कारण बिलकुल शारीरिक होता है। उन की योनि की बनावट में थोड़ी सी अस्वाभाविकता होती है। यह अस्वाभाविकता एङ्गलोसेक्सन वंश की स्त्रीयों में बहुत सुनने में आती है। इस में मदन-गमन-दोला (glans clitoridis) पूरी तरह से बढ़ा नहीं होता, या उस में इस प्रकार से रेशे चिपटे रहते हैं कि वह पूर्ण मैथुन-शक्ति रखने वाली स्त्री के मदन-गमन-दोला से बहुत कम सचेतन (sensitive) होता है। विशेष नमूने की "उन्नत" विवाहित स्त्रियाँ ठीक समागम से घृणा प्रकट करती हुई "पवित्रता" की डींगें मारा करती हैं और शोर मचाया करती हैं कि "केवल सन्तानोत्पत्ति के लिए ही संभोग करना चाहिये"। मैंने यह सम्मति बनाई है कि इस का कारण यह होता है कि उन का मदन-गमन-दोला (clitoris) ठीक तौर पर बढ़ा हुआ नहीं होता। इस से वे मैथुन के पूर्ण आनन्द का अनुभव करने और उस को समझने में असमर्थ हो जाती हैं। पर कई स्त्रियों में गर्भाशय का मुँह बड़ा सचेत और खूब फैला हुआ होता है। इस से उन की बाहर की—मदन-गमन-दोला की—मन्दता की कसर पूरी हो जाती है।

मेरी राय में बहुत सी स्त्रियों को योंही ठंडी और ठीक से कम मैथुन-सामर्थ्य वाली मान लिया गया है। यदि इनका पर्याप्त रूप से अध्ययन और इन की व्यक्तिगत समता पर विचार किया जाए तो इन का स्वास्थ्य ठीक हो सकता है और इन्हें प्रसन्नता

मैं ऐसी कई स्त्रियों और उनके पतियों को जानती हूँ। मेरे मन में श्रीयुत ड० का विशेष रूप से विचार है। उसका विवाह हुए बीस वर्ष हो चुके थे और वह दो सुन्दर बालकों का पिता था। मेरे अपने विवाह के समय उसने मुझे बताया कि अपनी पत्नी का चुम्बन और आलिङ्गन करने में उसे कितनी कठिनाई का सामना करना पड़ा था क्योंकि उसकी स्त्री में छोटी आयु से बड़े बेहूदा विचार घर किए हुए थे। धीरे धीरे चुम्बन और आलिङ्गन द्वारा पत्नी को मैथुन के लिए राज़ी करने में उसे तीन चार वर्ष लग गए। वे एक दूसरे के प्रति गम्भीर और प्रचण्ड प्रेम का अनुभव करते थे। अन्त को इस प्रेम की विजय हुई और वे एक अत्यन्त सुखी जोड़ा बन गए। बहुत थोड़े पुरुष श्रीयुत ड० के समान शान्त और बुद्धिमान होते हैं। यदि वे अपनी दुलिहनों का मन बहलाना चाहते भी हों तो भी उन्हें पता नहीं होता कि मानस-शास्त्र की दृष्टि से इतने कठिन और सूक्ष्म काम को कैसे आरम्भ करना चाहिए। यह दिखलाने के लिए कि यह काम हो सकता है, मैं श्रीयुत ड० का नाम लेती हूँ। मैं कई बार उनके यहाँ अतिथि के रूप में ठहरी हूँ। तब मुझे उनके गार्हस्थ्य-जीवन को निकट होकर देखने का मौका मिला है। उनका विवाहित जीवन इतना सुन्दर है कि यह कहना पड़ता है कि इस काम में उसे जितना परिश्रम करना पड़ा उसका करना ठीक ही है। श्रीयुत ड० जैसा मज़बूत और सहृदय पति पाने का सौभाग्य बहुत थोड़ी स्त्रियों को प्राप्त होता है। इस लिए, वर्तमान अवस्थाओं में, इस आप पैदा किए हुए "ठंडेपन" में फँस जाने की उन की बहुत सम्भावना है, चाहे आदर्श संसार में प्रेम के द्वारा ठंडापन दूर कर के वे फिर ठीक बना दी जायँ।

कई पत्नियाँ इतनी ठंडी होती हैं कि इतना ही नहीं कि उन्हें आप काम-वासना का अनुभव नहीं होता, वरन वे उस उत्तेजन और आनन्द के स्वरूप की कल्पना भी नहीं कर सकतीं जिस का अनुभव उन के पति को मैथुन में होता है। इस का कारण बिलकुल शारीरिक होता है। उन की योनि की बनावट में थोड़ी सी अस्वाभाविकता होती है। यह अस्वाभाविकता एङ्गलोसैक्-सन वंश की स्त्रियों में बहुत सुनने में आती है। इन में मदन-गमन-दोला (glans clitoridis) पूरी तरह से बढ़ा नहीं होता, या उस में इस प्रकार से रेशे चिपटे रहते हैं कि वह पूर्ण मैथुन-शक्ति रखने वाली स्त्री के मदन-गमन-दोला से बहुत कम सचेतन (sensitive) होता है। विशेष नमूने की "उन्नत" विवाहित स्त्रियाँ शारीरिक समागम से घृणा प्रकट करती हुई "पतिव्रता" की डींगें मारा करती हैं और शोर मचाया करती हैं कि "केवल सन्तानोत्पत्ति के लिए ही संभोग करना चाहिये"। मैंने यह सम्मति बनाई है कि इस का कारण यह होता है कि उन का मदन-गमन-दोला (clitoris) ठीक तौर पर बढ़ा हुआ नहीं होता। इस से वे मैथुन के पूर्ण आनन्द का अनुभव करने और उस को समझने में असमर्थ हो जाती हैं। पर कई स्त्रियों में गर्भाशय का मुँह बड़ा सचेत और खूब फैला हुआ होता है। इस से उन की बाहर की—मदन-गमन-दोला की—मन्दता की कसर पूरी हो जाती है।

मेरी राय में बहुत सी स्त्रियों को योंही ठंडी और ठीक से कम मैथुन-सामर्थ्य वाली मान लिया गया है। यदि इनका पर्याप्त रूप से अध्ययन और इन की व्यक्तिगत क्षमता पर विचार किया जाय तो इन का स्वास्थ्य ठीक हो सकता है और इन्हें प्रसन्नता

प्राप्त हो सकती है। पति का भाव सब से अधिक आवश्यक है। परन्तु यदि पत्नी की साधारण दुर्बलता से, या एक समान व्यापार न होने से, उन की शरीर रूपी कल में कुछ दोष आ गया है तो फिर अत्यन्त प्रेम-पूर्वक चुम्बन-आलिङ्गन से भी पति को कुछ सफलता न होगी। तब उसे चाहिए कि पत्नी को कोई अच्छी पौष्टिक दवाई (टानिक) दे, या उस की गिल्टियों को ठीक अवस्था में लाने के लिए उसे उपयुक्त गिल्टियों के निचोड़ (glandular extracts) का सेवन कराए। यह आवश्यक है कि उसका पति सच्चा प्रेम दिखाए और उसके साथ मृदु व्यवहार करे। इस के बिना अनुराग जाता रहेगा। प्रेम-पूर्वक चुम्बन-आलिङ्गन के साथ साथ पति को कुछ ज्ञान भी होना चाहिए। फिर पत्नियों का "ठंडापन" इस प्रकार पिघल कर दूर हो जाता है जैसे धूप से बर्फ़ पिघल जाती है। डाक्टर व० फ० रोबी को विफल विवाहों का बहुत बड़ा अनुभव है। उसे भी केवल दो ही ऐसी ठंडी स्त्रियाँ मिली हैं जो ठीक नहीं हो सकती थीं। साधारण तौर पर कहा जाता है कि बहुत स्त्रियाँ ठंडी होती हैं। परन्तु इस के विपरीत डाक्टर रोबी कहता है कि "सचमुच ठंडी और काम-वासना का बिलकुल अनुभव न करने वाली स्त्री बहुत कम है।"

स्त्री के सारे ज्ञान-तन्तु-जाल में नाड़ी-चक्रों की कड़ियाँ लगी हुई हैं। प्रचण्ड आवेग के समय ये चक्र उठ कर कार्य करने लगते हैं। शारीरिक मैथुन होने पर ही इन का यह कार्य समाप्त होता है। इन नाड़ी-चक्रों के दो केन्द्र हैं। उन में से एक का नाम "मदन-गमन-दोला" (clitoris) है। योनि-द्वार की

होंठों से ढका हुआ है। मदन-गमन-दोला इन होंठों के बीच और योनि-द्वार के बाहर होता है। इसकी शक्ल लिङ्ग से मिलती-जुलती है। इसकी स्थिति ऐसी है कि लिङ्ग के मूल का इसके साथ सीधा मेल होता है और मैथुन की गति से ये दोनों आपस में प्रतिक्रिया करते हैं। स्वाभाविक स्त्री में यह नाड़ी-चक्र बहुत ही संवादी होता है। यही एक प्रधान मार्ग है जिससे पूरी पूरी मस्ती उत्पन्न होती है। परन्तु कई स्त्रियों में इसकी वृद्धि अधूरी रह जाती है और कइयों में यह प्रायः बिलकुल पैदा ही नहीं होती। जहाँ यह बहुत अधिक हलकी या न होने के बराबर होती है वहाँ स्त्री के लिए संभोग का पूरा आनन्द लेने की संभावना बहुत कम हो जाती है, क्योंकि अधिकांश पुरुष मैथुन में मूर्खता* से केवल एक ही स्थिति—आसन—का उपयोग करते हैं। इससे कई बार बहुत छोटे मदन-गमन-दोला का लिङ्ग के साथ स्पर्श ही नहीं होने पाता। इसके विपरीत कई स्त्रियाँ ऐसी भी हैं जिनको केवल गर्भाशय की गर्दन के प्रदेश के उत्तेजन से ही मस्ती होती है। वे मदन-गमन-दोला से मस्ती का अनुभव नहीं करतीं।

स्त्रियों में ये दो बिलकुल स्पष्ट सचेत स्थान होते हैं। ये दोनों या इनमें से कोई एक, दूसरे के सहयोग के बिना, स्त्रियों में पूरी और सन्तोषदायक मस्ती उत्पन्न कर सकता है। इन की पैदा की हुई मस्ती गुण और परिणाम में एक दूसरे से भिन्न होती है।

जहाँ तक मुझे मालूम है, काम-शास्त्रियों ने भी इस विषय पर उतना विचार नहीं किया जितना कि करना चाहिए था। एक

---

* इस सम्बन्ध में देखिए मेरी पुस्तक, रति-विज्ञान (साहित्य-सदन, कृष्ण नगर, लाहौर) का 'सुरताधिकार' नामक प्रकरण। सं० रा०

विशेषज्ञ के लिए दृष्टि डालते ही इस अवस्था को ताड़ लेना बहु
सुगम है। तो भी मुझे एक अमरीकन का लिखा केवल एक
निबन्ध मालूम है जिसमें स्त्रियों में मदन-गमन-दोला (क्लिटोरिस
की वृद्धि के अभाव का उल्लेख है। परन्तु इन लेखों का इस दशा
सामाजिक परिणामों के साथ सम्बन्ध नहीं दिखाया गया।

कई ऐसी स्त्रियाँ भी मिली हैं जिनकी दशा इससे उलट
अर्थात् जिनका मदन-गमन-दोला असामान्य रूप से बढ़ा हुआ है
यह उनमें काम-वासना के भड़कने का कारण देखा गया है। ऐ
स्त्रियों की संख्या बहुत अधिक है जिन में केवल मदन-गमन-दो
के द्वारा ही मस्ती पैदा की जाती है।

यदि पुरुषों को आत्म-संयम की अधिक शिक्षा दी जाय जि
से वे अपनी पत्नियों में गर्भाशय की गर्दन को उत्तेजित करके म
उत्पन्न कर सकें, तो यह दोष बहुत कुछ ठीक हो सकता है।

जो अवस्थाएँ हैं उनसे मैं यह समझती हूँ कि जिन स्त्रि
में ठीक से कम मैथुन-शक्ति मान ली गई है देखने पर मालूम होगा
कि उनका मदन-गमन-दोला पूरी तरह बढ़ा हुआ नहीं। हमारी
अतिशय सभ्य जाति में ऐसी स्त्रियों की कमी नहीं। बहुत से
विवाहित जोड़ों में दुःख और खट-पट का एक बड़ा कारण मदन-
गमन-दोला का पूरी तरह से बढ़ा हुआ न होना ही होता है।
लज्जाशीलता का दम्भ करने वाली स्त्री का नहीं, वरन् सचमुच की
लजीली स्त्री का कारण भी यही होता है। नकली लज्जाशीला रमणी
वास्तव में होती तो है ठीक स्त्री परन्तु वह लजीली होने का पाखण्ड
करती है। मन में तो उसके लंपटता भरी रहती है पर वह उसे
लजीलेपन के लबादे में छिपाए रखती है। सचमुच की ठण्डी लजील

भी आम मिलती है। जिन परिवारों में केवल एक एक ही बच्चा है और जो स्त्रियाँ कहा करती हैं कि मैथुन "केवल सन्तान पैदा करने के लिए ही" होना चाहिए उसका कारण संभवतः यह होता है कि स्त्रियाँ ठण्डी लजीली होती हैं। ऐसी स्त्रियों को आप मालूम नहीं होता कि संभोग में क्या लाभ और क्या सुख होता है, क्योंकि उन के शरीर में वह ख़ुशी ही नहीं होती जो उन्हें बता सके कि उनके पति क्या अनुभव करते हैं। इसलिए वे समझती हैं कि मैथुन केवल सन्तान पैदा करने के लिए ही है। इस लिए बच्चा या बच्चे पैदा करने के लिए जरूरी संभोग तो वे पति को कर लेने देती हैं, परन्तु उसके बाद वे मैथुन में भाग लेने से इंकार कर देती हैं। क्योंकि इस क्रिया का उनके लिए कोई अर्थ नहीं होता और न हो सकता ही है। फिर जब वे अपने पति के "तक़ाज़ों" के सामने झुकती भी हैं तो वे विलकुल निश्चेष्ट और ठण्डी रहती हैं।

ऐसी अवस्था में पति का कर्तव्य और विशेष अधिकार हो जाता है कि वह अपनी पत्नी की प्रकृति का बड़ी बारीकी से और सचेत हो कर अध्ययन और अन्वेषण करे और उस में आसानी से उत्तेजित होने वाले केन्द्र—मदन गमन-दोला—के अभाव को पूरा करने के लिए जो कुछ उस से हो सकता है करे।

एक दूसरे कारण से भी पत्नी में थोड़ा सा पूरा ठण्डापन पैदा हो जाता है। परन्तु सौभाग्य से उपयुक्त चिकित्सा द्वारा इस का दूर करना आसान है। यह दुर्वलता और जीवनी-शक्ति की कमी से पैदा होता है। इस दुर्बलता का कारण बच्चा होने से पैदा होने वाली थकावट, कोई भयानक रोग, आधुनिक जीवन में आयास की अवस्थाएँ, या खून की कमी (अनीमिया) होता है।

ऐसी स्त्रियों के लिये सब से अच्छा इलाज, जहाँ अवस्थाएँ आज्ञा द, पौष्टिक और हितकर भोजन, कोई अच्छा सा लोहे का टानि और शीतकाल में स्विट्ज़रलेण्ड के पर्वतों जैसे किसी स्वास्थ्य वर्धक, प्राणदायक, धूप वाले स्थान की सैर है।

ठीक मैथुन से अरुचि का—जो प्रायः ठंडेपन की हद त पहुँच जाती है—एक और छोटासा, परन्तु दुर्भाग्य से बहुत फै हुआ कारण ल्यूकोरिया अर्थात् प्रदर और इस छोटी तकलीफ़ क दूर करने के लिए बताया हुआ और किया हुआ अनुचित इलाज है

प्रदर दो प्रकार का होता है। एक तो सूज़ाक नाम के भयङ्क रोग के कारण पैदा होता है और दूसरा सादा सरदी का प्रद (Catarrh leucorrhoea) है। इन दोनों को साधारण लो एक ही समझते हैं। यह भारी भूल है। मैं कहना चाहती हूँ कि यदि ऊपर से हलका मालूम होने वाला प्रदर भी देर तक रहे तो संदेह होने पर भी जहाँ सूज़ाक आदि की लाग न मौजूद हो, डाक्ट (मेडीकल प्रेक्टिशनर) की सलाह ले लेनी चाहिए। अगले पृष्ठों में जो कुछ मैं कहूँगी वह केवल हलकी भीतरी "ठण्ड" के सम्बन्ध में हां है, जिससे थोड़ा सा डिसचार्ज होता [सफेद पानी निकलता] है

बहुत सी स्त्रियों को एक सादा प्रकार का ल्यूकोरिया (प्रदर) होता है। वे इन्हें समय समय पर तंग किया करता है। इससे वे दुर्बल होती जाती हैं। इसका प्रायः कारण यह होता है कि उन का स्वास्थ्य ठीक स्त्री की अपेक्षा कमज़ोर होता है। उनकी तबियत दबी हुई सी रहती है। उन की भीतरी जननेन्द्रियों को बहुत जल्दी "सर्दी" लग जाती है जिस से वे-रंग पानी सा निकलने लगता है, जैसे ठंड से नाक से पानी बहने लगता है। देर तक

लगातार डूश (पिचकारी) करते रहने से बहुत सी हानि होती है। मेरी राय में तो डूश ही इस रोग का एक बड़ा कारण है, यद्यपि कहा यह जाता है कि यह इसको दूर करने के लिए किया जाता है। डूश की हानियाँ मैं अपनी पुस्तक *कन्ट्रासेप्शन और वाईज़ पेरेण्टहुड में बता चुकी हूँ। फिर भी मैं दुबारा कहती हूँ कि इस से स्त्रियों को बहुत बड़ी हानि पहुँच रही है।

एक "सलाह देने वाली सभा" का बड़ा विज्ञापन निकल रहा है। पर जिस ढंग से डूश की वे सलाह देते हैं वह बहुत ही विनाशक है। प्रदर के संबंध में वे कहते हैं, यह "योनि के नज़ले का लक्षण" है, और उसके साथ ही वे ठंडे नमकीन पानी से कूल्हों को धोने (hip baths) का परामर्श देते हैं। इतना ही नहीं, वे यह भी कहते हैं कि "प्रदर के जाते रहने के बाद भी कुछ देर तक रोज़ ठंडा या गुनगुना पानी अन्दर डालना चाहिए।" मुझे खेद से कहना पड़ता है कि स्त्रियाँ ऐसी भयानक सलाह पर अमल करती हैं।

मेरी राय में बार बार पिचकारी करने से मैथुन से अरुचि हो जाती है। इस के अनेक कारण हैं, जिनमें से कुछ का संबंध बिलकुल मानस-शास्त्र से है। जिन अंगों को यथासंभव बिलकुल छेड़ना नहीं चाहिए उनको पानी डाल कर छेड़ते रहना एक बहुत ही स्पष्ट कारण है। फिर पिचकारी करने के ऐसे शारीरिक, और मैं समझती हूँ वैद्युतिक भी, प्रभाव हैं जो मैथुन की शक्ति को बनाने के स्थान में इसे छिन्न भिन्न और नष्ट कर डालते हैं।

---

* इसका हिन्दी अनुवाद "दम्पति-मित्र" के नाम से छप चुका है। वह सरस्वती-आश्रम, हस्पताल रोड, लाहौर से ३॥) को मिलता है।

दुलहिनों को अपने दूल्हों की शरीर-रचना और उन की शारीरिक प्रतिक्रियाओं के सम्बन्ध में कुछ भी ज्ञान न होता था। उन दिनों ऐसी अभागी दुलहिन के शीघ्र-ग्राहक और बहुत अधिक सचेत मन पर गहरा और स्थायी असर पड़ता था। एक सचमुच की "उलझन" पैदा हो जाती थी, जो कि, जैसा कि मुझे इस रोग से दुःख भोगने वाली कई बड़ी विवाहिता स्त्रियों से मालूम हुआ है, मरते दम तक बनी रहती थी। पति के आधे सेकंड में समय से पूर्व ही स्खलित हो जाने से वे सदा के लिये "ठंडी" पत्नियाँ बन गई हैं। वे तरस खा कर या एक धर्म्म समझ कर ही पत्नी-सम्बन्ध को अटूट रखे हुए हैं, नहीं तो यह उन के लिए कुछ भी आनन्द का कारण नहीं। जब कभी ठीक करने की अतिशय लालसा और बहुत अधिक उत्सुकता के कारण, पति को केवल अस्थायी रूप से विफलता होती है, तो भी बहुधा ऐसा ही होता है।

इस का उल्लेख "विवाहित प्रेम" में शायद अधिक स्पष्ट रूप से किया जाना चाहिए था क्योंकि यह विवाह के आरम्भ में ही तरुण जोड़ों को मार्ग दिखाने के लिए विशेष रूप से लिखी गई थी। परन्तु "विवाहित प्रेम" को प्रकाशित हुए दस वर्ष हो चुके और सब तरुण जोड़ों को जो बातें जाननी चाहिएँ वही सचमुच ज़रूरी स्वाभाविक बातें बताने के लिए यह बड़ी सावधानी से तयार की गई थी। इस को तैयार करते समय यह भी विचार था कि यह लोगों को बहुत कम चुभे। "विवाहित प्रेम" पहली पुस्तक थी जिस में काम-शास्त्र पर खुला विचार किया गया। दस वर्ष के इस खुले विचार से ही आज उन लोगों के दुःखों पर अधिक खुल कर बात करना सम्भव हो सका है जो लग भग ठीक हैं, परन्तु

जिन की पूर्णता में किसी प्रकार की थोड़ी बहुत कमी भी हो सकती है। इन लोगों को यदि अज्ञान में रहने दिया जाय तो यह कमी उन के लिए बड़ी दुःखदाई हो जाती है। इन लोगों में दोष की मात्रा इतनी कम है कि इनको थोड़ा सा भी और ज्ञान मिल जाने से ये तन्दुरुस्त बनने में अपनी बहुत सहायता कर सकते हैं। इस लिए जिस भी पति को अपनी सुहाग रात पर दृष्टि डालते हुए, शायद, बड़ी लज्जा के साथ, शायद विस्मय और खिझावट के साथ, अपने जीवन में ऐसे अनुभव की याद हो आती है, उसे मैं सलाह दूँगी कि वह उस समय से ले कर मैथुन में अपनी पत्नी की प्रतिक्रियाओं का अध्ययन करे। यदि वे "ठंडी" हों या किसी अंश में अधूरी हों तो यह सारी बात पूरी तरह से पत्नी को बता देने का यत्न करे। इस क्या चाहे बीस वर्ष भी बीत गए हों, यह घृणा की उलझन सुलझाई जा सकती है और स्त्री को अन्त में एक बार फिर सुखी किया जा सकता है।

इस प्रकरण और पिछले प्रकरण दोनों में मैंने केवल अवस्था पर विचार किया है जिस में सच्चे प्रेमी जोड़े में से एक में ठीक से कम मैथुन-सामर्थ्य होता है। प्रत्येक ठीक स्त्री में उस पुरुष के प्रति जिसे वह प्रेम नहीं करती, चाहे वह उस के साथ विवाह कर लेने की भयानक भूल कर भी बैठी हो, स्वभावतः और यथार्थतः विराग—चिढ़—होती है। यही विराग स्त्री में "ठंडापन" पैदा कर देता है। वेश्या के नमूने की स्त्री नकली खेल कर के इस चिढ़ को दबा सकती और स्वाँग भर सकती है, परन्तु सच्ची और ठीक स्त्री में उस पुरुष के सिवा जिस से वह सच मुच प्रेम करती है बाकी सब के लिए सहज और न दूर होने वाला "ठंडापन" होता है।

की हर एक बीमारी को दूर करने की शक्ति बताई जाती है। इनमें से बहुत सी तो बिलकुल ठगी है और इनका कुछ भी असर नहीं हो सकता।

उनकी सचमुच ज़रूरत किन को है? निश्चय ही अनेक लोगों को। कई लोगों में रोग से और दूसरे समयों में थकान या आयास से पुंस्त्व कम हो जाता है, इस लिए जनता उस सुख की तलाश में मारी मारी फिरती है जो उस काम के पूरा होने के बाद मिलता है जिसे ये चीज़ें करने को कहती हैं, पर जिसे ये कर नहीं सकतीं। वीनस के एक स्त्री-रोग-चिकित्सक, डाक्टर वौर, ने (उसके एक डाक्टर भक्त द्वारा अँगरेज़ी में अनूदित पुस्तक में) हाल में प्रतिज्ञा की है कि—"यह सच है कि कई ऐसी दवाइयाँ हैं जिन से पुरुष की शक्ति और स्त्री की चाह बढ़ जाती है; ये दवाइयाँ वाजीकरण ओषधि कहलाती हैं।......" क्या यह सच है? मुझे तो एक भी विश्वास-योग्य और सचमुच उपयोगी वाजीकरण ओषधि मालूम नहीं। मैं चाहती हूँ कि मुझे मालूम होती। क्योंकि मैं अनेक ऐसे पुरुषों को जानती हूँ जिनको कुछ देर तक इसका सेवन कराने से बहुत लाभ हो सकता है। इन पुरुषों में डर से और ऐसे ही दूसरे मानसिक कष्टों से नपुंसकता होगई है। ये मानसिक कष्ट इस आधुनिक सभ्यता के युग में बहुत बढ़ रहे हैं।

मुझे एक भी असली और सचमुच उपयोगी वाजीकरण औषध मालूम नहीं। हाँ, मैं ऐसे काथ जानती हूँ जो थोड़ी देर के लिए कुछ ऐसा असर दिखलाते मालूम होते हैं, परन्तु यह असर बनावटी होता है असली नहीं, और इसके बाद ऐसी प्रतिक्रियाएँ होती हैं जिन से जितना यह दवाई फ़ायदा कर

सकती है उन से कहीं अधिक हानि हो जाती है। जो चीज़ें बाज़ार में मिलती हैं उन में से बहुत सी बिलकुल निकम्मी और कष्ट पाने वाली जनता से रुपया ऐंठने का निर्लज्ज साधन मात्र हैं। कुछ तो सचमुच नाश करने वाली हैं। उनके बाद के असर बड़े हानिकारक होते हैं। "क्या थोड़ी देर के लिए वाजीकरण औषध का सेवन कर लिया जाय," इस प्रश्न का मेरा उत्तर बड़े ज़ोर के साथ है—"नहीं!"

तब क्या उन लोगों के लिए कुछ किया जा सकता है जिन में प्रत्येक बात ऐसी प्रतीत होती है मानो उनका सब कुछ ठीक है, पर है नहीं? उदाहरण के लिए, जिन की बनावटें और इन्द्रियाँ ठीक प्रतीत होती हैं, साधारण रीति से तन्दुरुस्ती ठीक जान पड़ती है, प्रेम है, संभोग के लिए चाह है, सन्तान की उत्कट लालसा है, फिर भी थोड़ी या पूरी नपुंसकता या उपंग का बिलकुल न उठना रति-सुख और सन्तान की प्राप्ति में भारी बाधा हो रही है? क्या इन के लिए कुछ हो सकता है? हाँ, बहुत कुछ हो सकता है। निर्दोष और हितकर उपायों से बाज़ारी वाजीकरण औषधियों से नहीं।

कई बातों पर विचार करना आवश्यक होता है, परन्तु ऐसी अवस्थाओं में जैसी कि ऊपर बताई गई हैं, हो सकता है कि भीतर के ज़रूरी स्रावों (secretions) के स्वाभाविक प्रवाह में कुछ रुकावट हो। तब यदि दो तीन उपयुक्त गिल्टियों के निचोड़ों को मिला कर (pluri glandular compounds) सेवन कराया जाय तो न केवल साधारण तन्दुरुस्ती ही सुधरेगी, वरन् विशेष ठण्डापन दूर होकर धीरे धीरे मैथुन के लिए ठीक चाह पैदा हो

की हर एक बीमारी को दूर करने की शक्ति बताई जाती है। इनमें से बहुत सी तो बिलकुल ठगी है और इनका कुछ भी असर नहीं हो सकता।

उनकी सचमुच ज़रूरत किन को है? निश्चय ही अनेक लोगों को। कई लोगों में रोग से और दूसरे समयों में थकान या आयास से पुंस्त्व कम हो जाता है, इस लिए जनता उस सुख की तलाश में मारी मारी फिरती है जो उस काम के पूरा होने के बाद मिलता है जिसे ये चीज़ें करने को कहती हैं, पर जिसे ये कर नहीं सकतीं। वीनस के एक स्त्री-रोग-चिकित्सक, डाक्टर बौर, ने (उसके एक डाक्टर भक्त द्वारा अँगरेज़ी में अनूदित पुस्तक में) हाल में प्रतिज्ञा की है कि—"यह सच है कि कई ऐसी दवाइयाँ हैं जिन से पुरुष की शक्ति और स्त्री की चाह बढ़ जाती है; ये दवाइयाँ वाजीकरण ओषधि कहलाती हैं।......" क्या यह सच है? मुझे तो एक भी विश्वास-योग्य और सचमुच उपयोगी वाजीकरण ओषधि मालूम नहीं। मैं चाहती हूँ कि मुझे मालूम होती। क्योंकि मैं अनेक ऐसे पुरुषों को जानती हूँ जिनको कुछ देर तक इसका से कराने से बहुत लाभ हो सकता है। इन पुरुष मे ऐसे ही दूसरे मानसिक कष्टों से नपुंसकता हो कष्ट इस आधुनिक सभ्यता के युग में बहुत

मुझे एक भी असली और सचमुच औषध मालूम नहीं। हाँ, मैं ऐसे काथ ज न लिए कुछ ऐसा असर दिखलाते मालूम असर बनावटी होता है असली नहीं, प्रतिक्रियाएँ होती हैं जिन से जितना यह

सकती हैं उन से कहीं अधिक हानि हो जाती है। जो चीज़ें बाज़ार में मिलती हैं उन में से बहुत तो बिलकुल निकम्मी और ठगी जाने वाली जनता से रुपया ऐंठने का निर्लज्ज साधन मात्र हैं। कुछ तो सचमुच नाश करने वाली हैं। इनके बाद के असर बड़े हानि-कारक होते हैं। "क्या थोड़ी देर के लिए वाजीकरण औषध का सेवन कर लिया जाय," इस प्रश्न का मेरा उत्तर बड़े ज़ोर के साथ है—"नहीं !"

तब क्या उन लोगों के लिए कुछ किया जा सकता है जिन में प्रत्येक बात ऐसी प्रतीत होती है मानो उनका सब कुछ ठीक है, पर है नहीं ? उदाहरण के लिए, जिन की बनावटें और इन्द्रियाँ ठीक प्रतीत होती हैं, साधारण रीति से तन्दुरुस्ती ठीक जान पड़ती है, प्रेम है, संयोग के लिए चाह है, सन्तान की उत्कट लालसा है, फिर भी थोड़ी या पूरी नपुंसकता या उमंग का बिलकुल न उठना रति-सुख और सन्तान की प्राप्ति में भारी बाधा हो रही है ? क्या इन के लिए कुछ हो सकता है ? हाँ, बहुत कुछ हो सकता है। निर्दोष और हितकर उपायों से बाज़ारी वाजीकरण ओषधियों से नहीं।

कई बातों पर विचार करना आवश्यक होता है, परन्तु ऐसी अवस्थाओं में जैसी कि ऊपर बताई गई हैं हो सकता है कि भीतर के ज़रूरी स्रावों (secretions) के स्वाभाविक प्रवाह में कुछ रुकावट हो। तब यदि दो तीन उपयुक्त गिल्टियों के निचोड़ों को मिला कर (pluri glandular compounds) सेवन कराया जाय तो न केवल साधारण तन्दुरुस्ती ही सुधरेगी, वरन् विशेष ठण्ढापन दूर होकर धीरे धीरे मैथन के लिए ठीक चाह पैदा

की हर एक बीमारी को दूर करने की शक्ति वताई जाती है। इनमें से बहुत सी तो बिलकुल ठगी है और इनका कुछ भी असर नहीं हो सकता।

उनकी सचमुच ज़रूरत किन को है? निश्चय ही अनेक लोगों को। कई लोगों में रोग से और दूसरे समयों में थकान या आयास से पुंस्त्व कम हो जाता है, इस लिए जनता उस सुख की तलाश में मारी मारी फिरती है जो उस काम के पूरा होने के बाद मिलता है जिसे ये चीज़ें करने को कहती हैं, पर जिसे ये कर नहीं सकतीं। वीनस के एक स्त्री-रोग-चिकित्सक, डाक्टर बौर, ने (उसके एक डाक्टर भक्त द्वारा अँगरेज़ी में अनूदित पुस्तक में) हाल में प्रतिज्ञा की है कि—"यह सच है कि कई ऐसी दवाइयाँ हैं जिन से पुरुष की शक्ति और स्त्री की चाह बढ़ जाती है; ये दवाइयाँ वाजी-करण ओषधि कहलाती हैं।......" क्या यह सच है? मुझे तो एक भी विश्वास-योग्य और सचमुच उपयोगी वाजीकरण ओषधि मालूम नहीं। मैं चाहती हूँ कि मुझे मालूम होती। क्योंकि मैं अनेक ऐसे पुरुषों को जानती हूँ जिनको कुछ देर तक इसका सेवन कराने से बहुत लाभ हो सकता है। इन पुरुषों में डर से और ऐसे ही दूसरे मानसिक कष्टों से नपुंसकता होगई है। ये मानसिक कष्ट इस आधुनिक सभ्यता के युग में बहुत बढ़ रहे हैं।

मुझे एक भी असली और सचमुच उपयोगी वाज़ीकरण औषध मालूम नहीं। हाँ, मैं ऐसे क्वाथ जानती हूँ जो थोड़ी देर के लिए कुछ ऐसा असर दिखलाते मालूम होते हैं, परन्तु यह असर बनावटी होता है असली नहीं, और इसके बाद ऐसी प्रतिक्रियाएँ होती हैं जिन से जितना यह दवाई फ़ायदा कर

सकती है इन मे कहीं अधिक हानि हो सकती है। [illegible] में मिलती हैं उन में से बहुत सी विज्ञापन [illegible] वाली जनता से रुपया ऐंठने का [illegible] तो सचमुच नाश [illegible] जाती है। [illegible] कारक होते हैं। "क्या थोड़ी [illegible] के लिए [illegible] सेवन कर लिया जाय," इस प्रश्न का [illegible] है—"नहीं!"

तब क्या इन लोगों के लिए [illegible] में प्रत्येक बात ठीक प्रतीत होती है [illegible] पर है नहीं? उदाहरण के लिए, जिस की [illegible] ठीक प्रतीत होती है, साधारण रीति से तन्दुरुस्ती ठीक, [illegible] है, प्रेम है, संयोग के लिए चाह है, सन्तान की [illegible] है, फिर भी थोड़ी या पूरी नपुंसकता या इच्छा का [illegible] रति-सुख और सन्तान की प्राप्ति में भारी बाधा हो रही है। क्या इन के लिए कुछ हो सकता है? हाँ, बहुत कुछ हो सकता है। निर्दोष और हितकर उपायों से बाज़ारी या [illegible] औषधियों से नहीं।

कई बातों पर विचार करना आवश्यक होता है, परन्तु ऐसी अवस्थाओं में जैसी कि ऊपर बताई गई हैं हो सकता है कि भीतर के ज़रूरी स्रावों (secretions) के स्वाभाविक प्रवाह में कुछ रुकावट हो। तब यदि दो तीन उपयुक्त गिल्टियों के निचोड़ों को मिला कर (pluri glandular compounds) सेवन कराया जाय तो न केवल साधारण तन्दुरुस्ती ही सुधरेगी, वरन विशेष ठण्ढापन दूर होकर धीरे धीरे मैथुन के लिए ठीक चाह पैदा

जायगी और संभोग में सफलता होने लगेगी। इस का आगे स्वास्थ्य पर असर पड़ता है और मैथुन से शरीर को लाभ पहुँचता है, क्योंकि यह ज्ञान-तन्तुओं की विषमता को दूर करके उसमें समता लाने में सहायता देता है। इस प्रकार सहायता मिलने से स्वास्थ्य में फिर स्वाभाविकता आ जाती है। पूर्ण और निर्दोष मैथुन काफी बार करने से स्वभाविकता पूर्ण रूप से स्थापित हो सकती और तन्दुरुस्ती सदा बनी रह सकती है। यदि किसी विशेष दोष का कोई बहुत ही स्पष्ट लक्षण न देख पड़े, तो मैं थोड़ी थोड़ी मात्रा में गिल्टियों के सतों के साधारण मिश्रण के सेवन की सलाह दूँगी, उदाहरण के लिए, जैसा नुसखा परिशिष्ट में नं० ३ में दिया है।

सम्भवत: सन्तोषजनक फल दिखलाने के लिए सौ या लगभग सौ से कम कॅपस्यूल (capsule) नहीं खानी चाहिए और रोगी के कद, सचेतता (sensitiveness) और दवाई की उस को ज़रूरत के अनुसार दिन में एक कॅपस्यूल एक बार या एक दो तीन बार लेनी चाहिएँ। स्थायी लाभ के लिए सम्भवत: दो तीन मास तक इलाज जारी रखना चाहिए। इन निचोड़ों का स्त्रियों और पुरुषों दोनों पर हितकर प्रभाव पड़ेगा, क्योंकि इन गिल्टियों में एक अनूठी और मनोरंजक विशेषता यह है कि जहाँ ठंडापन या कमी हो, वहाँ इन गिल्टियों के देने से स्त्री और पुरुष दोनों को लाभ होता है। जहाँ जान बूझ कर उपजाऊ शक्ति को बढ़ाने के उद्देश से इन का सेवन किया जाता है वहाँ मेरा विचार है कि यदि स्त्री-पुरुष दोनों इनका सेवन करें तो इस उद्देश की सिद्धि की संभावना बहुत बढ़ जाती है। यह निश्चय करना बहुत कठिन है कि एक की न्यूनता का दूसरे पर

कितना असर पड़ता है। इस लिए यदि दोनों एक साथ इन का सेवन करें तो बहुत सा बहुमूल्य समय बच जाने की संभावना है।

पुरुषों में कुछ विशेष गिल्टियाँ भी होती हैं। इन के निचोड़ अकेले देने से या उपर्युक्त कैपस्यूलों में मिला कर देने से पुरुष को विशेष लाभ हो सकता है। ऐसी चीज़ें, जैसा कि स्पर्मिन (Spermin), पुरुष के लिए वैसी ही विशेष लाभदायक हैं, जैसा कि स्त्री के लिए ओवरी (बीजाधार) का निचोड़।

जहाँ रोगी का साधारण स्वास्थ्य कुछ कमज़ोर हो, वहाँ साथ साथ लोहे या कलशियम के ग्लिसरो फासफेट जैसी साधारण रासायनिक पौष्टिक दवाइयाँ देना भी लाभदायक होता है।

यह बात सदा याद रहनी चाहिए कि ठीक मैथुन-शक्ति का निभर साधारण स्वास्थ्य पर और जननेन्द्रियों तथा स्रावों की दृष्टि से उन की साथी सभी भीतरी गिल्टियों की विशेष अवस्था पर है। वे सब अपना अपना काम सफलता-पूर्वक और जैसा प्रकृति चाहती है वैसा तभी कर सकती हैं जब वे ठीक तन्दुरुस्त हों। नहीं तो जो काम सुख और आनन्द के देने वाला होना चाहिए था वह नीरस और दुःखदायी हो जाता है।

स्थानीय विफलताओं या अस्थायी दोषों को दूर करने के लिए जो विशेष चिकित्सा की जाय उस के साथ साथ साधारण तन्दुरुस्ती का भी ध्यान रखने से सदा बड़ा लाभ होता है। भोजन, नींद, कसरत, ये सब रोग को चंगा करने में सहायता दे सक और उसके चंगा होने में रुकावट भी बन सकती हैं।

इन चीज़ों के संबंध में आम हिदायत स्त्री और पुरुष दोनों के लिए थोड़ी बहुत एक-सी है। जो बात पुरुष में ठीक पुंस्त्व लाने के

लिए अच्छी है वही स्त्री में प्राण-शक्ति पैदा करने के लिए अच्छी है। मैं मान लेती हूँ कि जो स्त्री और पुरुष अपनी खोई हुई मैथुन-शक्ति को दुबारा प्राप्त करना चाहते हैं वे स्वास्थ्य-रक्षा के साधारण नियमों को जानते और समझते हैं। मैं यह भी मान लेती हूँ कि उन में सूज़ाक और प्रमेह जैसे भयानक रोग भी नहीं जिन का मैथुन-शक्ति पर बड़ा दुःखदाई असर पड़ता है, और कि प्राण-शक्ति को दुबारा प्राप्त करने की इच्छा रखने वाली स्त्री और पुरुष का स्वास्थ्य दूसरी रीतियों से बुरा नहीं।

पहली बात तो यह करो कि बदहज़मी और बदहज़मी को पैदा करने वाले भोजनों को निकाल दो, और कब्ज़ मत होने दो। पौष्टिक और हितकर भोजन खाओ, जिसमें कच्चे अंडे, आयस्टर (oysters) और ह्वाईटबट (white bait) जी भर कर खाओ। नारङ्गी और अंगूर का भी सेवन करो। शराब बहुत कम पियो। घर से बाहर खुली हवा में और धूप में खूब कसरत करो। पुराने लोगों की धारणा है कि धूप से स्वास्थ्य मज़बूत होता है। वर्तमान विज्ञान ने जितनी खोज की है वह भी इसी धारणा की पुष्टि करती है। सब से उत्तम वाजीकरण औषध पहाड़ी हवा में खूब चमकती हुई धूप है। जहाँ तक हो सके घर से बाहर देर तक स्वास्थ्य को बढ़ाने वाली कसरत करो। परन्तु कसरत बहुत थका देने वाली न हो।

इस प्रश्न के एक दूसरे रूप पर भी विचार करने की ज़रूरत है, और वह रूप है जोड़े के फलवन्त होने पर इस का असर। अनेक जोड़े मुझे अपनी गुप्त बातें बता देते हैं, और जिन लोगों को सन्तान की प्रबल लालसा है परन्तु जिनके किसी सूक्ष्म कारण

से (जिस का पता लगाना कठिन है) गर्भ नहीं हो सकता, मैं कभी कभी उन्हें भी सहायता दे सकती हूँ ।

श्रीयुत क० और उनकी पत्नी की अवस्था को मैं उदाहरण के तौर पर लेती हूँ । उन का विवाह हुए दो वर्ष हो चुके थे और वास्तव में उन्हें सन्तान की बड़ी चाह थी । स्त्री और पुरुष दोनों बिलकुल ठीक मालूम होते थे । जवानी में इस पुरुष में बड़ी प्रबल मैथुन-शक्ति थी । वह बाप बनने के लिए लालायित था और मैथुन भी—ऊपर से देखने पर—पूरी सफलता के साथ कर सकता था । मैंने एक विशेषज्ञ से उस के वीर्य की परीक्षा कराई तो पता लगा कि यद्यपि उसमें शुक्रकीट थे और उन की बनावट में भी कोई दोष नहीं था पर उनमें जीवन-शक्ति नहीं थी । वे आलसी या क्रियात्मक रूप से मुर्दा थे ।

मैं समझती थी कि इस तन्दुरुस्त और जवान जोड़े में विशेष रूप से किसी गिल्टी की कमी नहीं है, इस लिए मैंने उन्हें दो तीन गिल्टियों के निचोड़ों को मिला कर (pluri glandular compound)सेवन करने को कहा । और भी अधिक पक्का करने के लिए मैंने पति और पत्नी दोनों को रोज़ इनकी मध्यम परिमाण की छोटी सी मात्रा लेते रहने की सलाह दी । तीन मास के अन्त में पत्नी को गर्भ रह गया और उचित समय पर उसे एक बहुत सुन्दर और तन्दुरुस्त लड़का पैदा हुआ ।

अपने इलाज मशविरे से, मित्रों, योरुप के तथा दूसरे डाक्टरों से, और दूसरी कई रीतियों से मैंने ऐसे ही और बहुत से केस सुने हैं । इन केसों की संख्या इतनी ज़ियादह है कि गुप्त बाँझपन के लिए, जब सन्तान की चाह हो,और कोई रोग भी मौजूद

न हो और न ही रह चुका हो, मैं अब एक बहुत सी गिल्टियों के सतों को मिलाकर तैयार की हुई विशेष औषधि (pluri glandular compound) की बिना झिझक सिफारिश करती हूँ, चाहे कोई दूसरी स्थानीय चिकित्सा भी की जारही हो। इससे एक तो व्यर्थ समय नष्ट नहीं होता और दूसरे बड़ा बचाव रहता है। सन्तान की चाह रखने वाली स्त्री एक इलाज और एक उपरेशन के बाद दूसरा इलाज और दूसरा उपरेशन करा कर देखने में ही कई बार अपना बहुत सा रुपया और बहुमूल्य समय नष्ट कर देती है। मुझे एक अभागिनी अमीर स्त्री का याद है जिसने एक दूसरे के बाद तीन बार उपरेशन कराने का कष्ट और बे-आरामी उठाई थी—हालाँकि वह बिलकुल ठीक थी और उस के पति के वीर्य में सन्तान उत्पन्न करने की शक्ति न थी। यदि पति को अनेक गिल्टियों के सतों के मिश्रण (pluri-glandular treatment) का सेवन कराया जाता, जिसे वह बड़ी प्रसन्नता से कर लेता, तो बेचारी स्त्री बरसों मानसिक दुःख पाने से बच जाती।

इस से प्रत्येक सन्तान-हीन जोड़े को यह न समझ लेना चाहिए कि उन्हें केवल ऐसे कपस्यूलों के सेवन के सिवा और कुछ करने की ज़रूरत नहीं। प्रत्येक रोग की अवस्थाएँ अलग अलग हुआ करती हैं। परन्तु ऊपर कहा रोगी ऐसा था जिस के वीर्य में पुंस्त्व की कमी थी और जो गिल्टियां के सतों का मिश्रण सेवन कराने से दूर हो सकती थी।

आप कहेंगे, यही सच्ची और वैज्ञानिक वाजीकरण औषध है। यह शब्द यदि इतना मैला और भयानक न भी हो गया होता तो भी मैं पूरी तरह से इस के साथ सहमत न होती। कारण यह

कि इस रीति से जो परिणाम प्राप्त होते हैं उन से पुरुष को केवल वही खोया हुआ पुंस्त्व या स्वाभाविक तन्दुरुस्ती मिलती है जिस का उपभोग प्रत्येक नीरोग पुरुष को करना चाहिए। अस्वाभाविक उत्तेजन, "मरे हुए घोड़े को चाबुक मार कर दौड़ाना" जिस की तरह कुछ लोग मूर्खता से करते हैं, इस रीति से नहीं हो सकता।

विवाह हो जाने के कुछ वर्ष बाद जिन कठिनाइयों का बार बार अनुभव होता है उन में से कुछ का इस पुस्तक में बयान है। ऐसी पुस्तक में उन अत्यन्त करुणाजनक मूर्तियों, उन अधेड़ उम्र के या बूढ़े महाशयों के सम्बन्ध में दो एक शब्द कहना शायद अनुचित न होगा जो हाईड पार्क* (लण्डन) में कुरसियों पर इधर उधर बैठते हैं और मालूम नहीं पुलिस द्वारा गिरफ्तार होने से कैसे बच जाते हैं। उस पार्क की हवा तो वाजीकरण औषधि का काम नहीं करती, हाँ, साथी का अनोखापन और भय, कई बार यह काम करता है।

जब पुरुष के मित्र देखें कि वह इस प्रकार की बातें कर रहा है, तो उन्हें चाहिए कि उसे चुपचाप परन्तु मजबूती के साथ किसी अनुभवी सर्जन के पास ले जाँय, और यदि उस की प्रास्टेट गिल्टियाँ बढ़ी हुई मिलें, तो चटपट उन का जरूरी उपरेशन करालें। यदि उपरेशन कराना ही है तो फिर जहाँ तक हो सके जल्दी करा लेना अच्छा है, क्योंकि प्रास्टेट गिल्टियों के बढ़ने के कारण काम-वासना

---

* हाईड पार्क लण्डन में एक सार्वजनिक बग़ीचा है। वहाँ प्रेमक और प्रेमिकाएँ हवा खाने जाती हैं। कई लोग व्यभिचार करते हुए भी यहाँ पकड़े जाते हैं। अनुवादक।

अस्वाभाविक रूप से भड़कती है, और उस उत्तेजन से पुरुष ऐसे बुरे काम कर बैठता है, जो उसके परिवार के लिए दुःखदायक हो जाते हैं। इस पुरुष को चंगा करना और उसकी पत्नी के काम का बना देना बहुत आसान है। अब तक भी उस की पत्नी संभवतः उस पर प्रेम करती है और उस का परिवार उस में गहरी प्रीति रखता है, परन्तु उन को उस की चेष्टाओं पर हँसने का स्वभाव हो गया है। वह प्रायः प्रेमी पति और स्नेही पिता होता है, परन्तु उसे पता नहीं होता कि उस के भीतरी स्रावों की गड़बड़ उसे क्या हानि पहुँचा रही है।

ऐसे उबालों का बहुत ही सामान्य और बहुत ही संभव कारण यही होता है। यदि यह कारण मौजूद न हो, तो फिर इस का बहुत संभव समाधान यह होता है कि पुरुष की वासनाएँ बिगड़ी हुई और अस्वाभाविक हैं। उसे शायद कभी सच्चे प्रेम का ज्ञान ही नहीं हुआ, या उस ने इस प्रेम को जवानी में गलत फ़हमी और अविद्या की मूर्खताओं से नष्ट कर दिया है। उस में अब केवल नकली कामुकता के लिए बनावटी रुचि रह गई है। पत्नी के साथ सच्चे प्रेम में उस को आनन्द नहीं आता। झूठी कामुकता के भड़कने से ही उस में थरथरी पैदा होती है।

उन के भद्दे, निर्लज्ज, और केवल आधे ढँके हुए जीवनों पर यहाँ विचार नहीं किया जा सकता। वे मुझे प्रधान रूप से ऐसे लोग मालूम होते हैं जिन को हमारे मज़हबी जोशीलों को मैथुन-सम्बन्धी उपदेश सुनाने चाहिए।

इस से मिलता-जुलता एक और विषय भी है जिस की आज कल बहुत चर्चा है। यह है—बूढ़े को जवान बना देना। इस के

दो विकल्प सम्प्रदाय हैं। उन में से एक का मुखिया सर्जन वोरोनोफ है, जो बूढ़े को जवान बनाने के लिए "बन्दर की गिल्टी" का पैवन्द लगाता है। दूसरे का स्टीनच है जो स्परमेटिक कोर्ड की पट्टियाँ (Ligatures of the spermatic cord) का उपयोग करता है। इन दोनों नेताओं के मत को जहाँ कई डाक्टर मानते हैं वहाँ कई उस के विरोधी भी हैं। बूढ़े को जवान बनाने के विषय पर विचार करना इस पुस्तक का विषय नहीं। इस का संबंध शल्य-चिकित्सा (सर्जरी) से है।

मैं किसी भी ऐसी अवस्था की कल्पना नहीं कर सकता जिसमें मुझे वोरोनोफ के उपरेशन की सिफारिश करनी चाहिए। थोड़े से लोगों के लिए स्टीनच का उपरेशन शायद उपयोगी सिद्ध हो सकता है और वह भी 'बूढ़े को जवान बनाने' के लिए नहीं, वरन् एक दूसरे मतलब के लिए। 'बूढ़े को जवान बनाने' की शक्ति या रसायन में मुझे संदेह है। थोड़ी देर के लिए इसका कुछ असर रहता हो तो दूसरी बात है।

आठवाँ प्रकरण

संभोग के बाद का सुख

"जो कुछ मैंने लिखा है यदि वह किसी कामी पुरुष को बुरा लगे तो उसे चाहिए कि मनुष्यों को अपने विचार समझाने के लिए मुझे जिन शब्दों का प्रयोग करना पड़ा है उनको बुरा न कह कर अपनी ही नीचता को दोष दे।"

सेंट आगस्टाईन

'विवाहित प्रेम' में मैंने इस बात को स्पष्ट कर दिया है कि क्यों "पति के लिए सबसे बड़ा नियम यह है:—याद रखो, हर बार मैथुन के पहले प्रेम-पूर्वक चुम्बन और आलिङ्गन द्वारा पत्नी को संभोग के लिए तैयार कर लेना चाहिए, और तब तक कभी समागम नहीं करना चाहिए जब तक स्त्री को भी इसकी चाह न हो, और जब तक वह शारीरिक तौर पर इसके लिए तैयार न हो

जाय।" और कि अपने पति की तरह उसे भी मस्ती प्राप्त करने का अधिकार है।

जब से मैंने यह बात प्रकट की है, तब से अनेक पतियों ने इस नियम का पालन किया है और इसके परिणाम से सहस्रों मुग्ध होगए हैं। परन्तु सभी जवान, ताज़ा और दुनिया के रगड़ों-झगड़ों से बचे हुए नहीं होते। वर्षों के बीतने के साथ हो सकता है कि पहली आसानी से प्राप्त की हुई चमक कुछ मद्धम पड़ जाय। आपस में गहरा प्रेम रखने वाले पति-पत्नी भी, असीम दुःख और पश्चाताप के साथ, अपने ही जीवनों में इस पुरानी कहावत की सचाई का अनुभव करते हैं—"मैथुन के बाद सब कोई उदास हो जाता है।" इस लिए अब मैं अनुभव करती हूँ कि पति के काम से संबंध रखने वाली एक दूसरी बात का, जिसको पहली पुस्तक में काफी तौर पर स्पष्ट नहीं किया गया, खुल्लम खुल्ला वर्णन कर दूँ। उस समय इस पर ध्यान इस लिए नहीं दिया गया क्योंकि तब मैं इसके भारी महत्व को उतनी पूरी तरह से नहीं समझ पाई थी जितनी कि अब समझती हूँ। इसका थोड़ा सा कारण यह भी था कि वह मुझे एक ऐसा स्पष्ट परिणाम जान पड़ता था जिस पर अनुरागी पति-पत्नी पहुँचे बिना नहीं रह सकते। मुझे तब आज के समान पता न था कि प्रेम के नियमों का सहज ज्ञान इतने थोड़े लोगों को है।

"विवाहित प्रेम" में मुझे जो कुछ कहना था (विशेष रूप से देखिए पाँचवाँ प्रकरण) उसका सम्बन्ध ज़ियादा करके समागम की आरम्भिक बातों के साथ था; मुझे जो कुछ इस प्रकरण में कहना है ज़ियादा करके उसका सम्बन्ध समाप्ति और उसके चट ही बाद होने वाली प्रतिक्रियाओं के साथ है। अब मुझे निश्चय होगया है

कि दोनों रूप, चाहे भिन्न भिन्न रीतियों से हों, एक समान आवश्यक हैं।

डाक्टर रोबी अपनी पुस्तक "सेक्स एण्ड लाईफ़" में कहता है :—

"क्या दूल्हा अपने कमरे से उस प्रकार आता है जैसे कोई मज़बूत आदमी दौड़ में दौड़ने के लिए आता है ? नहीं। राम, राम ! वह अनेक बार ऐसे आता है जैसे कोई लुच्चा वेश्या के यहाँ से आता है। उसकी आँखें लज्जा से नीची हुई होती हैं। उस का अन्तरात्मा समझता है कि मैंने एक पवित्र स्त्री का निरादर किया है, उसकी बे-कदरी की है, और उसके साथ बलात्कार किया है। और वह पवित्र स्त्री भी कौन ? जो सारे संसार में एक ही स्त्री है जिसके साथ उस का तन और मन सदा मिला रहना चाहता है।"

यह कहावत कितनी ही पुरानी क्यों न हो, कितने ही समझदार लोगों ने इससे धोखा क्यों न खाया हो, मैथुन के बाद सभी उदास हो जाते हैं—यह सामान्य विश्वास कितना ही फैला हुआ क्यों न हो, फिर भी मुझे निश्चय है कि कुछ ऐसे भी जोड़े हैं जिन में सचमुच स्थिर सुख है। उनको मैथुन के बाद उदासी छा जाने का भाव छू तक नहीं गया। इन सुखी विवाहों की तरह कुछ सचमुच की सचाइयाँ हैं। इन सचाइयों को प्रकट कर देने से मनुष्य-समाज को बहुत सी आशा और आनन्द का सच्चा संदेश मिल सकता है। शायद वे आरम्भ में केवल सौभाग्य से ही इस बुरे भाव का शिकार नहीं हुए। तो भी भाग्य निर्दोष सहजज्ञान रखने पर निर्भर करता है। मेरी राय में, उन्हों ने अन-जाने एक ऐसे प्राकृतिक नियम का पालन किया है जो सब कहीं लागू होता

है। यह एक ऐसा नियम है जो मनुष्यों के लिये बहुत बड़ा महत्व रखता है। इस को जानना और इस पर चलना उन का कर्तव्य है।

अनुकूल अवस्थाओं में भी जैसा विवाह प्रायः होता है और जिन विवाहों में सच्ची और गहरी सफलता के साथ इस नियम का पालन किया जाता है इन के अन्तर को स्पष्ट करने के लिए श्रीयुत न० और श्रीयुत ओ० का मिलान कीजिए।

श्रीयुत न० का एक ऐसी स्त्री के साथ विवाह हुआ है जिसे वह चाहता है और जो उस के सुख को सुख और उस के दुःख को दुःख समझती है, और वह सब बाहरी बातों में पूर्ण पति है। प्रत्येक दृष्टि से वे एक दूसरे के योग्य हैं, और उन की मिलाप की चाह ठीक मैथुन में पूरी हो जाती है। एक दूसरे की मस्ती के ठीक समय के बाद, पति और पत्नी अलग अलग हो जाते हैं। क्षरण के होते ही पति अनुभव करता है कि मैथुन हो चुका। उस का लिङ्ग सिकुड़ जाता है और नरम हो जाता है और वह चटपट स्त्री से परे हट जाता है। मस्ती का यह सामान्य परिणाम है। मस्ती के ठीक बाद का समय बड़े महत्व का होता है, और पुरुष ठीक रास्ते पर चलने के स्थान में, पत्नी से अलग हो जाता है। यद्यपि हो सकता है कि उन में इतनी बात समझने की बुद्धि हो कि हमें वह मूर्खता-पूर्ण क्रियायें नहीं करनी चाहियें जो बहुत से गर्भ-निरोधक (बर्थ कण्टरोलर) बताया करते हैं, या हमें उस शैतान की ईजाद—जौड़िया पलंग—का उपयोग नहीं करना चाहिए, तो भी वे सोने के लिए चट पट अलग अलग हो जाते हैं। दूसरे दिन गृहस्थी की, खान-पान की

और दूसरी छोटी छोटी बातें पुरुष को चिढ़ाने और खिजाने लगती हैं। एक दूसरे को आकर्षण करने का कोई भाव उन में नहीं देख पड़ता। उसे अपनी तबियत कुछ गिरी हुई मालूम होती है। घर से बाहर काम पर जाते समय वह पत्नी से प्रेम-पूर्वक नहीं, वरन् खुश्की छाँटता हुआ विदा होता है।

इसका श्रीयुत ओ० और उसकी धर्म्मपत्नी से मिलान कीजिए, जिन्हों ने मैथुन के तुरन्त ही बाद प्राण-शक्ति का रहस्य जान लिया है। हो सकता है कि मैथुन अपनी पहली अवस्था में श्रीयुत न० के मैथुन जैसा ही हो, परन्तु निश्चय जानिए कि श्रीयुत ओ० की स्त्री मैथुन-काल में अपने पति पर यह प्रकट करने में कसर नहीं रखती कि उसे पति में आनन्द आ रहा है और वे दोनों यह प्रकट करते रहते हैं कि उन का अनुराग बराबर बढ़ता जा रहा है, यहाँ तक कि सूर्य की तरह जगमगाती हुई तरङ्ग की ऊँची कलगी के सदृश मस्ती का सूक्ष्म कँगूरा टूट जाता है। इस के बाद वह समय आता है जो शायद सब से अधिक गुणकारी और सार्थक होता है। मैथुन से पहले की प्रेम-क्रीड़ा और एक दूसरे में काम का उद्दीपन ही आवश्यक नहीं, मस्ती के ठीक बाद का समय इस से भी अधिक आवश्यक है, पर इस की महत्ता को बहुत थोड़े लोग समझते हैं। संभोग के ठीक बाद का समय,—वीर्यपात होते ही शुरू होने वाला समय—पति-पत्नी के गार्हस्थ्य-जीवन में बड़े महत्व का समय होता है। इस समय का अगणित मौकों पर दुरुपयोग किया जाता है। इस से सदाचार को बहुत हानि पहुँची है। क्या करना चाहिए, यह बात इतनी आसान, इतनी सादा है कि डर है कि कहीं पाठक इन वाक्यों का महत्व समझे बिना ही इन को छोड़

न जाँय। मेरा निवेदन है कि आप अगले पृष्ठों को विशेष ध्यान से पढ़िए।

असली मस्ती की पीड़ा पूरी हो चुकने के बाद, श्रीयुत ओ० पत्नी से अलग नहीं हो जाता। वह अपनी कुहनी और कंधे का ज़रूरी सहारा लेकर, हौले से थोड़ा सा एक तरफ को फिर जाता है जिस से उसका सिर और कंधे दूसरे तकिए पर ज़रा टिक जाते हैं। यह तकिया वहाँ पहले से ही रक्खा रहता है। वे दोनों इस ढंग से लेटते हैं कि एक का गाल दूसरे के गाल से छूता है, कंधे इस प्रकार से टिके होते हैं कि दोनों खुली तरह से साँस ले सकते हैं, छाती के नीचे के पट्ठे आराम से स्त्री के पट्ठों के साथ लगे रहते हैं। लिङ्ग अभी तक मुश्किल से पीछे हटा होता है। उसको स्त्री की रानों के पट्ठे योनि में अपनी जगह हौले से परन्तु मज़बूती के साथ थामे रखते हैं। इस प्रकार दोनों लग भग अपने अपने कर्वट पर लेटे रहते हैं। वीर्य योनि में बन्द होता है जिस में लिङ्ग पड़ा होता है। इस से वे दोनों सारे क्षरित स्रावों को सोख सकते और उन से लाभ उठा सकते हैं। इस प्रकार आपस में लिपटे हुए वे सो जाते हैं। वे केवल सो ही नहीं जाते वरन् उन का अन्तरात्मा शान्त हो जाता है और वे आपस में अत्यन्त गहरी एकता का आनन्द अनुभव करते हैं। इस के अतिरिक्त दोनों की गुप्त इन्द्रियों में कुछ बहुत ही सूक्ष्म अदला-बदली और हेर-फेर होने के लिए समय मिल जाता है। इस समय स्त्री की योनि में, अर्थात् उस के स्वयं मस्ती का अनुभव कर चुकने के बाद, और उसके पति के स्खलित हो चुकने के बाद, पुरुष के क्षरण से गिरा हुआ न केवल वीर्य और संगी गिल्टियों (Accessory glands) के विविध स्राव ही पड़े होते

हैं, वरन् उस की अपनी गिल्टियों से च्चरित या भरे हुए विशेष रस भी होते हैं। इन का गुण चार होता है और इन में बहुत ही कीमती चीज़ें रहती हैं। पर इन चीजों का आविष्कार और विश्लेषण करने का कष्ट अभी तक विज्ञान ने नहीं किया। पुरुष के लिङ्ग के अगले भाग की चेतन खाल में सोखने की शक्ति बहुत होती है। यही खाल इन स्रावों में डूबी रहती है। मुझे निश्चय है कि एक दिन यह सिद्ध हो जायगा कि पुरुष प्रत्यच्च रूप से अपने लिङ्ग के अगले भाग के द्वारा स्त्री के स्रावों का कुछ अंश ज़रूर सोखता है और इस से उस को लाभ भी पहुँचता है।

ऐसी बातों की साधारण विधिपूवक परख असंभव है। मनुष्यों पर उन के परिणामों से ही शरीर-शास्त्र संबंधी सूक्ष्म प्रति-क्रियाओं के स्वरूप का अनुमान किया जा सकता है। श्रीयुत ओ० के साथ क्या हुआ इस का अनुमान हम उस के बाद के आचरण से ही कर सकते हैं।

हो सकता है कि पहली नींद एक घंटा या सारी रात रहे। तब पुरुष जाग कर देखता है कि लिङ्ग अब जितना चाहिए उतना छोटा और पीछे को हटा हुआ है परन्तु उन की टाँगों के एक दूसरे के साथ मिलने से पैदा होने वाले हलके दबाव से उसकी पत्नी की योनि के होंठ अभी तक उसे प्रेम-पूर्वक पकड़े हुए हैं। वह अलग हो कर या तो अपने कमरे में चला जाता है या उसके साथ ही रहता है। दूसरे दिन सवेरे वह अपने स्नान के कमरे को जाते समय सीटी बजाता और गाता हुआ देखा जाता है; वह खुश और ताजा मालूम होता है; उस में उल्लास और जीवन देख पड़ता है; संभोग से ये दोनों चीज़ें उस में घटी नहीं बलकि बढ़ी हैं। दूसरे शब्दों में

कहें तो कह सकते हैं कि वह अधिक सुरक्षित बन गया है—इस में आलसी पुरुष के उत्सुक और झूठे उत्तेजन की अपेक्षा बचपन का सुखी और आप से आप होने वाला उल्लास अधिक है।

श्रीमान् और श्रीमती ओ० ने इस अवस्था को अपने में दस वर्ष तक देखा है। श्रीमती ओ० की लिखित सूचनाओं से पता लगता है कि यद्यपि उसके पति का मिज़ाज सदा अच्छा और उसकी तबियत खुश रहती है, पर वह सवेरे बराण्डे में प्रायः न कभी गाता है और न सीटी बजाता है, हाँ इस रीति से मैथुन करने के एक दो दिन बाद वह ज़रूर गाने लगता है। वह अपनी असली उम्र से बहुत छोटा देख पड़ता है। स्त्री से उसे लाभ हुआ है और स्त्री को उस से फ़ायदा पहुँचा है। उसने अपने जीवन में इस सचाई का अनुभव कर लिया था कि विवाह में पुरुष को वह वस्तु ले लेनी चाहिए जो उस के पास नहीं और साथ ही वह चीज़ दे देनी चाहिए जो उसके पास फ़ालतू है।

आइए, अब हम श्रीयुत और श्रीमती र० की अवस्था पर विचार करें। उन का विवाह हुए लगभग चालीस वर्ष हो गए हैं। पत्नी मानसिक दशा में पति के नीचे है; सामाजिक दृष्टि से भी वह उसकी शोभा नहीं; सारी अवस्थाएँ ऐसी हैं जो आसानी से उनके विवाहित जीवन को दुःखी और पति को असन्तुष्ट बना सकती हैं। परन्तु श्रीयुत र० निजी तौर पर, और अपने सारे गार्हस्थ्य-जीवन में, एक बहुत ही प्रसन्न मनुष्य है। वह कहता है—इस में बात ही क्या है कि मैं अपनी स्त्री को साथ लेकर बाहर जाता हूँ या नहीं जाता; वह जैसा चाहे आप आनन्द ले सकती है; हम इतने अच्छे मित्र हैं कि इस संसार की अनमेल

चीज़ों की चिन्ता करने की हमें ज़रूरत नहीं। चालीस वर्ष के बाद भी, उसका पत्नी पर प्रचण्ड अनुराग है। प्रेम के वशीभूत होकर जब जब भी वे मैथुन करते हैं तो उसी रीति से करते हैं जो श्रीयुत ओ० के सम्बन्ध में बताई जा चुकी है।

एक और दृष्टान्त सुनिए। डाक्टर त्त० का विवाह हुए तीस से भी अधिक वर्ष हो चुके हैं। उसकी पत्नी में बाहर की दुनिया को कोई मनोहरता और आकर्षण नहीं देख पड़ता—वह एक कठोर, निस्तेज, हट्टी-कट्टी स्त्री है; वह बहुत ही पुराने ढंग की भद्दी सी पोशाक पहनती है। यदि आप डाक्टर त्त० को उसके विषय में बातें करते सुनें तो आप समझें कि वह कोई चटक-मटक वाली सुन्दर बाला है, और अब तक, विवाह होने के इतने वर्ष बाद भी, सप्ताह में दो तीन रात उसके हाथ बिछौने से निकल कर हौले से स्त्री की छाती का स्पर्श करते हैं। स्त्री की छाती एक सचेत इन्द्रिय है। स्त्री में संभोग की इच्छा हो तो पुरुष का हाथ लगने से वह आश्चर्यजनक ढंग से उत्तेजित हो जाती है। यदि डाक्टर त्त० देखता है कि उसके स्पर्श का उस पर कुछ असर नहीं हुआ, तो वह उसके हाथ दबा देता है और वे सो जाते हैं। प्रायः छातियों पर हाथ से छूने का असर होता है, और वे दोनों जुड़ जाते हैं और श्रीयुत ओ० की तरह पीछे से जुड़े रहते हैं। डाक्टर त्त० दूसरे दिन सवेरे छः बजे चण्डूल की तरह गाता हुआ उठ बैठता है। उसका शक्ति को देख कर अचम्भा होता है। उस में काम करने का सामर्थ्य बहुत से नवयुवकों से भी अधिक है।

श्रीयुत ओ० के दृष्टान्त की कमी को पूरा करने के लिए मैंने श्रीयुत र० और डाक्टर त्त० को चुना है, क्योंकि उन दोनों

के विवाहों में बाहरी अवस्थाएँ ऐसी हैं जिन से उनका विवाहित जीवन साधारण डरावना या खुले तौर पर असन्तोष-जनक हो सकता था। वे दिखलाते हैं कि प्रेम के कारण उनका विवाहित जीवन कैसा सन्तोष-जनक होगया है। यह प्रेम स्थूल बाधाओं को दबा देता है।

यह आश्चर्यजनक रहस्य, यह मैथुन का नियम संभव है एक बहुत तुच्छ सी चीज़ मालूम हो। पर यह तुच्छ नहीं। मनुष्य-समाज के लिये यह नियम जितना ज़रूरी है उतना कोई भी मनुष्य का नियम नहीं। मैं बड़ी गम्भीरता से कहती हूँ कि यदि सब लोगों को इस नियम का ज्ञान हो और वे इस पर आचरण करें, तो इससे समाज में प्रायः क्रान्ति हो जाय, क्योंकि इस से विवाहित जोड़े सदा के लिए सुखी हो जायँगे और वे मैथुन के बाद के घंटों और दिनों में सामान्यतः होने वाली उदासी से बचे रहेंगे। पहली बार देखने पर, शायद यह इस योग्य न देख पड़े कि इस पर इतना अधिक ज़ोर दिया जाय। इस लिए मैं चाहती हूँ कि आप इस बात पर विचार करें कि इसमें वस्तुतः होता क्या है। वे दोनों लिपटे रहते हैं। वे मैथुन की क्रिया के चटपट बाद जुदा नहीं हो जाते। दूसरे पुरुष प्रायः स्खलित होते ही स्त्री से अलग हो जाते हैं जिससे वीर्य-दान करने के बदले में स्त्री से भी कुछ ले सकने के लिए उन्हें समय नहीं मिलता। दोनों की मस्ती के बाद घंटा भर या ज़ियादा देर तक आपस में जुड़े और इकट्ठे सोए रहने से पुरुष के लिङ्ग के अगले भाग की सचेत महीन झिल्ली, जिसमें सोखने की शक्ति बहुत अधिक होती है, योनि के रस में डूबी रहती है। वहाँ इसे उन रसों को सोखने का अवसर मिल जाता है जो स्त्री की

योनि से उसकी अपनी मस्ती के समय निकलते हैं। जो वीर्य पुरुष ने स्त्री को दिया है उसके बदले में उसे ये रस मिल जाते हैं। इसके अतिरिक्त, दोनों पर शान्ति, भरपूरी, एकतानता और दोनों के मिलकर एक हो जाने का भाव छा जाता है। यह भाव आपस में जुड़े हुए ही सो जाने से पैदा होता है।

आप कहेंगे कि इस विषय का कठिन भाग तो साबित ही न हुआ। यह तो कभी सिद्ध ही नहीं किया गया कि स्त्री भी अपनी मस्ती के समय स्खलित होती अर्थात स्राव निकलती है। इस बात के संबंध में मैं आपको दुबारा विश्वास दिला सकती हूँ। यह वैज्ञानिक सत्य है कि तन्दुरुस्त स्त्री संभोग-क्रिया में, पूरी मस्ती होने पर, विशेष क्षार-गुण वाले रस निकालती है। यह सचाई सब किसी को मालूम नहीं, यद्यपि इस का ज्ञान सब को होना चाहिए। परन्तु कई लोगों को कुछ शताब्दियों से इसका पता है, और यह साबित कर के दिखाई जा सकती है।

इस लड़ी में अगली कड़ी यह प्रश्न है—क्या लिङ्ग के अगले भाग की महीन झिल्ली सोख भी सकती है ? क्यों नहीं ? यदि वह न सोख सके तो यह बड़ी ही अस्वाभाविक बात हो, क्योंकि इन झिल्लियों का तो विशेष गुण ही यह है कि वे सोख लेती हैं।

विवाद की लड़ी में अगली कड़ी यह है —क्या लिङ्ग का अगला भाग स्त्री की योनि के रसों को सोख सकता है ? हाँ, जितनी भी नियत वैज्ञानिक परख मालूम है उस से तो अभी सीधे तौर पर इसका उत्तर नहीं दिया जा सकता। परन्तु श्रीयुत ओ० और डाक्टर च० और ऐसे ही दूसरे दृष्टान्तों को ध्यानपूर्वक देखने से इसका उत्तर जरूर दिया जा सकता है।

शरीर-शास्त्र सदा इस बात को मानता है कि सजीव से सम्बन्ध रखने वाली किसी भी बात का अन्तिम लक्षण स्वयं जीवन पदार्थ पर ही उसके असर से जाना जाता है। परिणामों की जाँच करने के लिए सजीव देह से बढ़ कर सचेत और दूसरा प्रयोग नहीं।

यदि मनुष्यों पर वैज्ञानिक खोज और पर्यवेक्षण (observation) करना इतना अत्यन्त कठिन न होता तो मनुष्य-जीवन पर बहुत ही असाधारण और मनोरञ्जक शोध (research) की जा सकती।

इस सम्बन्ध में मैं एक बुद्धिमान् जजका वाक्य देने का लोभ संवरण नहीं कर सकती। उसने कहा था— "अपने निर्णय दो, परन्तु अपनी युक्तियाँ कभी न दो। तुम्हारे निर्णय के ठीक होने के तो संयोग हैं, परन्तु तुम्हारी युक्तियों का आसानी से खंडन हो जायगा।"

इस विषय के सम्बन्ध में न केवल मेरा अपना और मेरे कई मित्रों का ही वरन् मुझे अपनी गुप्त बातें बता देने वाले कई दूसरे लोग का भी अनुभव मेरे इस निश्चय की पुष्टि करता है, और मुझे बड़े ज़ोर के साथ यह कहने के लिए उत्साहित करता है कि श्रीयुत ओ० की रीति ही मैथुन की ठीक रीति है। यदि आप चाहते हैं कि मैथुन के बाद आपको उदासी न हो, यदि आप मैथुन से मिलने वाली जीवनी-शक्ति से पूरा पूरा लाभ उठाना चाहते हैं; यदि आप चाहते हैं कि आयु भर व्यभिचार से बचे रहें, दोनों में पूर्ण प्रेम और स्थायी अनुराग हो, और दोनों आजन्म सुखी रहें, तो उसी तरह कीजिए जसे श्रीयुत ओ० करता है।

संसार प्रायः दूसरी बातों के सम्बन्ध में "कैसे" तो जानता

है पर "क्यों" नहीं जानता। उदाहरण के लिए, "हवाई तार" के आश्चर्यजनक आविष्कार को ही ले लीजिए। हम जानते हैं कि किस प्रकार एक छोटा सा बिल्लौर (क्रिस्टल) लेकर बक्स में रखने और तार लगा देने से हम मीलों दूर का गाना सुन लेते हैं। बिल्लौर का इस में काम ही क्या है ? पिछली शताब्दी में यदि आप किसी प्रोफेसर से भी इस बिल्लौर की बात कहते तो वह भी पूछता—यह इन जादू की बातों को कैसे कर सकता है ? यह बात बिलकुल सिद्ध नहीं होती—यह हास्यजनक है ! मुझे जान पड़ता है कि "हवाई तार" के बनाने वाला अच्छी तरह से उत्तर दे सकता है—"क्यों" बताना मेरा काम नहीं। मैं तो केवल इतना ही कहता हूं कि ऐसा है। मैं तुम्हें केवल इतना ही बताता हूँ कि यह ऐसा करता है ! आप स्वयं कर के देख लीजिए।"

इस संबंध में मेरा भी यही उत्तर है। मैं ने प्रेम का एक नियम मालूम किया है। मेरा विचार है कि यह एक दूसरे के रसों को सोखने के द्वारा काम करता है। मैं समझती हूँ, एक दिन आयगा जब यह वैज्ञानिक रीति से साबित हो जायगा। परन्तु यह इसी रीति से क्यों 'कार्य' करता है, इस पर चटपट विचार करने की आवश्यकता मुझे नहीं जान पड़ती। इस ढंग से किए हुए मैथुन का ज़रूर वह असर होता है जिस का वर्णन मैं करती हूँ। परीक्षा कीजिए और देखिए !

हाँ, अपने इस निमंत्रण की भूमिका के रूप में मैं इतना ज़रूर कहूँगी कि मैथन से पूरा पूरा लाभ तभी होगा, जब पति-पत्नी में प्रेम और एकतानता होगी। पुरुष स्त्री पर बलात्कार कर के यह परिणाम प्राप्त करने की आशा नहीं कर सकता। जिन जोड़ों में

प्रेम है और जो इस प्रेम को बनाए रखना चाहते हैं, उन से मैं कहती हूँ—यदि तुम उस निराशा और उदासी से बचना चाहते हो जो शताब्दियों से मनुष्यों को होती चली आई है, तो मेरी इस सलाह पर चलो। किसी दूसरी रीति पर चल कर उदासी से बचे रहना तुम्हारे लिए असम्भव है। तुम एक ऐसे प्रेम के नियम का पालन करोगे जो मनुष्य के विवाह में प्रायः वैसी ही जादू की शक्ति रखता है जैसा कि मनुष्य की दूर से सुनने की नई सामर्थ्य के सम्बन्ध में नन्हा सा सादा विल्लौर। कहें तो कह सकते हैं कि यह एक ऐसा जादू का विल्लौर है जो तुम्हारे प्रेम को अमर बना देता है।

नवाँ प्रकरण

मैथुन कितनी बार करना चाहिए

"विद्या का अन्त केवल यही है कि सत्य के दृश्य और अदृश्य मार्गों पर चला जाय।" स० बटलर।

पिछले कई वर्षों से मुझे एक प्रश्न बहुत पूछा जाता रहा है और बिना किसी सङ्कोच के ऐसी सभाओं में पूछा जाता रहा है जहाँ स्त्रियाँ और पुरुष एक ही कमरे में इकट्ठे बैठे होते थे। वह प्रश्न यह है—विवाहित जोड़े को कितनी बार मैथुन करना चाहिए ?

आपको याद होगा कि "विवाहित प्रेम" में मैंने स्त्रियों की काम-वासना के सम्बन्ध में एक बहुत ही महत्व-पूर्ण बात बताई थी। मेरा किया हुआ यह आविष्कार दूसरे खोजकों के लिए बड़ा

लाभदायक सिद्ध हुआ है। वह यह है कि ठीक तन्दुरुस्त और हृष्ट पुष्ट स्त्री में प्रत्येक अट्ठाईस दिन के चान्द्र मास में दो बार अपने आप काम-वासना जागती है।

डाक्टर हेवेलॉक एलिस के मैथुन-स्वप्नों के पर्यवेक्षण मेडीकल रीव्यू ऑव रीव्यूज़ नामक पत्रिका की फर्वरी १९१९ की संख्या में छपे हैं। वे भी मेरे आविष्कार की पुष्टि करते हैं। डाक्टर एलिस कहते हैं कि "यह बात ध्यान देने योग्य है कि वे दोनों डाक्टर स्टोप्स की दो आवश्यक बातों को दृढ़ करते हैं—(१) स्त्रियों में मासिक धर्म्म के साथ मदन का उदय होना (२) मदन-सागर में दो बार चढ़ाव आना। स्त्रियों की काम-वासना के सम्बन्ध में हमारे ज्ञान में यह एक भारी वृद्धि है।"

डाक्टर हेवेलॉक एलिस की प्रसिद्ध पुस्तक "स्टडीज़ इन दी साइकालोजी ऑव सेक्स" का सातवाँ भाग १९२८ में प्रकाशित हुआ है। उसके नौ अध्यायों में से एक में आपने इस विषय पर और अधिक विचार किया है। उन्होंने अपने दृष्टान्तों—केसों—से इस विषय का विस्तार करके स्त्री में अट्ठाईस दिन में दो बार मदनोदय होने के मेरे मुख्य आविष्कार की पुष्टि की है।

"विवाहित प्रेम" में मैंने राय दी थी कि यदि स्त्री-पुरुष दोनों अपने को इस नियम के अनुसार ढाल लें और पखवाड़े (चौदह दिन) में लगभग एक बार मैथुन करें तो दोनों को लाभ होगा। मैंने साथ ही यह भी कह दिया था कि ज़रूरी नहीं कि यह नियम सब पर लागू हो।

बड़ी ही आश्चर्यजनक बातें मुझे मालूम हुई हैं। उन्होंने "ठीक" (नार्मल) के सम्बन्ध में भारी परिवर्तन कर दिया है।

इस विषय के संबंध में पहला विचारणीय प्रश्न यह है—हमारे समय के औस्त आदमी में "ठीक" क्या है ? इस प्रश्न का ठीक ठीक उत्तर देना असम्भव है, क्योंकि संसार में कोई भी नहीं जानता। मेरे अनुभव में, स्त्रियों के विपरीत, पुरुषों का एक विशेष गुण यह है कि, इन बातों में, प्रत्येक पुरुष, चाहे वह किसी नमूने का हो, सदा अपने को "ठीक" पुरुष ही समझता है। प्रसंग से मैं यहाँ यह भी कह देना चाहती हूँ कि प्रायः प्रत्येक स्त्री अपने को एक अपवाद समझने के लिए पूरा पूरा तैयार रहती है—वह बार बार आप ही सुझाती है कि मैं ज़रूर एक अपवाद हूँ। परन्तु इन बातों में अपनी आवश्यकताओं को ठीक के सिवा कुछ और समझने वाला पुरुष अभी तक मुझे नहीं मिला।

इस लिए जिसे पुरुष अपने में ठीक या स्वाभाविक समझता है उस का मैदान बहुत ही लम्बा चौड़ा है। मैं इस लड़ी के दो सिरों का प्रमाण दूँगी और दोनों उन उदाहरणों से जिनको मैं अपनी मित्र-मंडली में व्यक्तिगत रूप से जानती हूँ। दोनों ऐसे पुरुष थे जिन्हें साधारण बाहरी दृष्टि से सब कोई बिलकुल ठीक ख़याल करेगा। वे तन्दुरुस्त थे, सुशिक्षित थे, मध्यम स्थिति के थे, योग्य "औस्त" आदमी थे। इनमें से एक पुरुष तो दो वर्षों में एक से अधिक बार मैथुन नहीं कर सकता था (मैं समझती हूँ अभी तक भी नहीं कर सकता)। उसकी पत्नी इस आदर्श से सन्तुष्ट थी और वह अपने को ठीक या स्वाभाविक समझता था। वह जानता था कि दूसरे पुरुष अधिक विषय करते हैं। पर वह उसे उन के लिए निन्दनीय समझता था। उसकी राय थी कि यदि वे इस के प्रति "उचित" भाव रक्खें तो वे उसकी ही तरह हर दो साल के बाद

एक बार संभोग कर के ही सन्तुष्ट और स्वस्थ रहें।

दूसरा नमूना बिलकुल इसका उलट है। वह मेरी एक परम सखी का पति था। वह हवाई लड़ाई में मारा गया था। जितने वर्ष वह विवाहित रहा वह प्रति वर्ष तीन सौ पैंसठ दिन हर चौबीस घंटों में तीन बार अपनी भार्या से समागम करता था। दो एक अवसरों पर जब किसी दूसरे कार्य के कारण उस की पत्नी दोपहर को समागम न कर सकी, तो वह पागल सा हो गया और जब तक रात न हुई वह अकल की बात ही नहीं कर सकता था। अपनी पत्नी द्वारा तृप्त किए जाने पर वह एक आनन्दी, प्रसन्न चित्त, और मौजी साथी बन जाता था। तब वह खूब काम कर सकता था। वह जीवनी-शक्ति और मनोहरता की मूर्त्ति बन जाता था।

समागम के फैलाव के दो सिरों के उदाहरण के रूप में यदि मैं ने अनेम, घिनौने या रोगी मनुष्य चुने होते, तो शायद कोई इन "अनेमताओं" को चुनने के लिए आपत्ति उठाता। परन्तु मैं तो इस पुस्तक में ऐसी समस्याओं पर विचार कर रही हूँ जो ठीक और सामान्य लोगों के जीवनों में पैदा होती हैं। इसी लिए मैं इस बात पर ज़ोर देती और उसे बार बार दुहराना चाहती हूँ कि ये पुरुष बाहर से देखने पर किसी बात में भी अस्वाभाविक न थे। इन में से हर एक अपने को न केवल ठीक वरन् सुखी विवाहित पुरुष का पूर्ण नमूना समझता था। दोनों को उन के मित्र तन्दुरुस्त और सुखी विवाहित पुरुष समझते थे।

सोचिए कि ऐसे फैलाव का क्या अर्थ है? इसकी तुलना सूर्य के प्रकाश में सात रंगी पटके के साथ कीजिए, जिस में गाढ़ा

रंग एक सिरे पर और चटकीला बनफ़शी दूसरे सिरे पर होता है, और ये दोनों रंग हलके होते होते न दिखाई देने वाले रङ्ग बन जाते हैं। इन में से प्रत्येक ठीक होता है। कौन कहेगा कि लाल रंग नारङ्गी, नीले या पीले से अधिक ठीक या स्वाभाविक रंग है? कौन है जो कह सके कि समागम के लिए दो साल में एक बार दिन में तीन बार की अपेक्षा अधिक ठीक अवधि है? मेरी सम्मति में इन में से कोई भी स्वाभाविक या ठीक नहीं, दोनों असाधारण हैं। इस पर भी इन को करने वाले शिक्षित श्रेणी के तन्दुरुस्त और स्पष्ट-रूप से ठीक पुरुष थे।

मैं जानती हूँ, मेरे अनेक पाठक झट कह उठेंगे कि मेरे चुने हुए दृष्टान्त अद्वितीय, असंभव और असह्य हैं! परन्तु थोड़े सप्ताह हुए, मैं एक बड़ी जन-संख्या के सामने व्याख्यान दे रही थी। मुझ से वहाँ प्रश्न पूछा गया कि समागम का फैलाव कितना है? मैं ने उस के उत्तर में यही दो सिरे की बातें कहीं। पीछे से सुनने वालों में से एक अधेड़ उम्र की स्त्री मेरे पास आकर बोली—"मैं प्रसन्न हूँ, आपने दिन में तीन वार की वात कही; मेरा पति अब तक भी इस पर हठ करता है, और वरसों से इसी तरह करता आ रहा है, यद्यपि मैं इसे वहुत अधिक पाती हूँ। वह मुझे कहता है कि तुम में ठीक स्त्री से कम मैथुन-शक्ति है।" †

---

† प्रति दिन तीन बार मैथुन करने की बात पहले मुझे भी आश्चर्यजनक प्रतीत हुई थी, परन्तु हाल में लाहौर में एक स्त्री ने मेरी भार्या को बताया है कि उसका पति कई वर्ष से उसके साथ प्रति दिन सात बार मैथुन करता है। उस जोड़े को मैं ने भी देखा है। पुरुष तो उस का अपनी

"मैं इसे बहुत अधिक पाती हूँ!" अनेक दुःखी घरों का यही रहस्य है। जोड़े में से जो एक के लिए ठीक और स्वाभाविक है वही दूसरे के लिए बहुत अधिक या अपर्याप्त है—अर्थात् उन की शरीर-शास्त्र-संबंधी आवश्यकताएँ भिन्न भिन्न हैं। यदि सच्चा प्रेम हो तो काफी प्रभेदों को भी दबाया जा सकता है। मनुष्य-देह रूपी मशीन में अपने को अवस्थाओं के अनुकूल बना लेने की इतनी क्षमता है कि धीरे धीरे दोनों के स्वभाव एक दूसरे के एकतान हो जाते हैं। किन्तु यदि तबियतों में बहुत जियादा फर्क हों—यदि, मान लीजिए, दिन में तीन वार मैथुन चाहने वाले पुरुष का विवाह एक ऐसी स्त्री से हो जाता है जो अपने स्वाभाविक ठंडेपन के कारण उस पुरुष की ठीक भार्या बन सकती है जो दो साल में एक वार ही समागम चाहता है—तो फर्क का खिंचाव बहुत जियादा होता है, और दोनों की व्यवस्था, अर्थात् दोनों की मैथुन-सम्बन्धी जरूरतों को ठीक तौर पर पूरा करने वाला प्रबंध होना बहुत कठिन हो जाता है।

यह अत्यन्त भीतरी विषय ऐसा है जिस के संबंध में काम-विज्ञान पर लिखने वाले वैज्ञानिकों और चिकित्सकों को प्रायः कुछ भी ज्ञान नहीं। जहाँ तक मुझे पता है इस संबंध में केवल एक ही संकेत मिलता है और वह है रेमण्ड पर्ल लिखित "दि बाई-आलोजी आव पापूलेशन ग्रोथ" नामक पुस्तक में। वह केवल २५०

स्त्री के शब्दों में "भैंसे जैसा हृष्ट-पुष्ट" है, परन्तु स्त्री का स्वास्थ्य कुछ बिगड़ गया है। स्त्री को पति से विरक्ति वरन् घृणा हो गई है। वह उस पर बलात्कार करता है। पति की उम्र चालीस से ऊपर है। संतान कोई नहीं। संतराम।

पुरुषों का इतिहास है। जिस समय उन से कहा गया कि अपनी जवानी की याद से बताओ कि तुम कितनी बार मैथुन किया करते थे उस समय उन सब को प्रास्टेट गिल्टियों के बढ़ जाने का रोग (Prostatic enlargement) हो रहा था। पर्ल ने इन पुरुषों की जो चरम सीमाएँ दी हैं वे "सप्ताह में एक बार, या अधिक" और "दिन में तीन बार, या अधिक" के बीच बीच हैं। "दिन में तीन बार" वाले १०० पीछे १.४ केस थे। इन पुरुषों के व्यक्तिगत नमूने या जीवन की रीति का कोई उल्लेख नहीं। हमें केवल इतना ही पता है कि उन्हें प्रास्टेट की तक्लीफ थी। समागम का जो फैलाव मैं ने दिया है, वह ऐसे सहस्रों लोगों का है जो स्पष्ट रूप से ठीक मालूम होते हैं। इसलिए आज कल के औस्त मनुष्य के मैथुन-संबंधी जीवन का हमें जो ज्ञान है वह उस की बहुत वृद्धि करता है।

डाक्टर डब्ल्यू० एफ० रोबी को सहानुभूति-पूर्ण भाव रखने के कारण वास्तविक अनुभवों का गम्भीर ज्ञान प्राप्त हुआ है। वे इस विषय (सेक्स एण्ड लाईफ़, १९२०, बोस्टन) पर कहते हैं— "किसी प्रस्तुत मामले में या किसी जोड़े में, दिन में एक बार से ले कर महीने में एक बार तक समागम दुरुस्त और स्वास्थ्य-जनक हो सकता है। पैंतीस वर्ष से कम आयु के जोड़ों के लिए आम औस्त सप्ताह में पाँच छः बार होगी, पैंतीस और पचपन के बीच सप्ताह में दो से चार बार तक, पचपन और पछत्तर वर्ष के बीच सप्ताह में एक या दो बार।"

व्यक्तिगत रूप से मेरी राय है कि साठ से ऊपर की आयु के जोड़ों को तो सप्ताह में दो बार नियमपूर्वक समागम करने की

न चाह होती है और न इस से उन को लाभ ही होता है।

ऊपर की श्रेणियों के और व्यावसायिक लोगों के अगणित विवाहों के वृत्तान्त मुझे बताए गए हैं। उन सब पर विचार करने से मैं इस परिणाम पर पहुँची हूँ कि आज कल की स्त्रियों और पुरुषों के एक बहुत बड़े अनुपात की, लगभग ३० प्रति सैकड़ा की, आपस में इसी लिए नहीं पटती क्योंकि पति की मैथुन-शक्ति स्त्री की मैथुन-शक्ति से कहीं ज़ियादा है। परन्तु इसके साथ ही, इससे बिलकुल उलट, लग भग ३० प्रति सैकड़ा स्त्रियों को इस लिए कष्ट है कि उन का विवाह ऐसे पुरुषों के साथ हुआ है जिन का पुंस्त्व उन की स्त्रियों की जरूरतों से कम है, जिस से वे अपनी पत्नियों को उस मैथुन से वंचित रख कर भूखों मारते हैं जिसकी उन के शरीर को ज़रूरत है। विवाहों की एक अपेक्षाकृत थोड़ी संख्या (१५ या २० प्रति सैकड़ा) इस ढंग से सुखी है कि पति और पत्नी या तो स्वभाव से ही, या अपने उद्योग और संयम से, एक दूसरे से ऐसे व्यवस्थित हैं कि दोनों को जितने मैथुन की आवश्यकता है उतना उन को एक दूसरे से काफी मिल जाता है और अति नहीं होती।

फिर कई विवाह ऐसे भी हैं जिन में व्यभिचारी होने के कारण, या बहुत अधिक श्रम के कारण, या दम्पति का स्वभाव तपस्वी होने के कारण पति-पत्नी बिलकुल मैथुन करते ही नहीं।

एक दूसरे से बल प्राप्त करने और उवरा होने के समय बीत चुकने के बाद, कुछ लोग देखते हैं कि हम मैथुन की शारीरिक क्रिया के बिना रह सकते हैं। उन की प्रकृतियों को जिस चीज़ की ज़रूरत होती है वह सब वे एक दूसरे के सूक्ष्म मानसिक,

और आध्यात्मिक प्रकाश से प्राप्त कर लेते हैं।

अनेक स्त्रियाँ पुरुषों के अधिक मैथुन करने से दुखी रहती हैं, इस बात को प्रायः सब कोई स्वीकार कर लेता है। हाल में एक बड़ी ही अनुभवी सामाजिक स्त्री ने मुझे कहा था—"औसत दुलहिन अपने विवाह के पहले महीने में प्रायः थक कर चकना चूर हो जाती है। जब तक उस का शरीर बिलकुल टूट नहीं जाता पुरुष उसे अकेला छोड़ता ही नहीं। तब वह दूसरी जगह चला जाता है"। एक दूसरी स्त्री ने बताया—"मैं विवाह से बहुत तंग आगई हूँ। जब भी मेरा रूप या मेरा कोई काम उसे अच्छा मालूम होता है वह झट मेरे पीछे भागता है। मैं उस से और उस की संगति से प्रेम किया करती थी, परन्तु अब प्रति वर्ष मैं उस से घृणा करना सीख रही हूँ। संगति ने सूख कर कामुकता का रूप धारण कर लिया है। वह पशु बन गया है।"

पुरुष की प्रधानता हमारी सभ्यता की एक प्रतिष्ठित भावना हो गई है। यह भावना पुरुष को फुलाती है। इसी से वह समझने लगता है कि मुझ में बहुत अधिक पुंस्त्व है। इस लिए समाचार-पत्रों ने, जिन के मालिक पुरुष हैं, प्रकाशक कम्पनियों ने, जिन के स्वामी पुरुष हैं, पुरुष-लेखकों, नाटक-कारों और राजनीतिक लेखकों ने इस भावना का जनता में प्रचार किया है।

परन्तु इस से उलटी अवस्था, अर्थात् स्त्री की कामुकता से पुरुष का तंग आ जाना, चाहे उन्हीं लोगों में बहुत पाई जाती हो, किन्तु इस की चर्चा बहुत कम की जाती है, और की भी जाती है तो दबी ज़बान से कानाफूसी की तरह। इसे बड़ा घिनौना और एक बड़ी अनरीति समझा जाता है, क्योंकि असल में यह स्त्री की

शिकायत है। इस में एक झूठा, हास्यजनक, और अज्ञान-पूर्ण रिवाज पड़ गया है। इसी रिवाज के कारण बहुत से लोग स्त्री की इस शिकायत को पुरुष की प्रधानता पर एक आक्षेप और विश्व में पुरुष के स्वयं-निर्दिष्ट स्थान में दोष निकालना समझते हैं।

ठीक से कम पुंस्त्व रखने वाला पुरुष भी उतना ही अस्वाभाविक है जितना कि ठीक से अधिक पुंस्त्व रखने वाला। परन्तु जहाँ इस घोर उच्छृङ्खल पाप, जारकर्म, और व्यभिचार को प्रकट करने के लिए असंख्य नाटक छापे जाते हैं, वहाँ मेरे नाटक को, जिस में एक ठीक-से-कम-पुंस्त्व-रखने-वाले पुरुष का अत्यन्त सूक्ष्म वर्णन था जिस की पत्नी बच्चे के लिए तरसती थी, लार्ड चेम्बर लेन ने बिलकुल बन्द कर दिया (देखिए Vectia : A Banned Play and a Preface on the Censorship, publ. Bale and Danielsson).

मन के इस भाव का प्रतिबिम्ब हमारी भाषा तक में देख पड़ता है। जिस पुरुष में अपने पुरुषत्व का उपयोग करने की शक्ति नहीं रही, और जो पुरुषत्व से सम्बन्ध रखने वाले सारे कामों को करने में असमर्थ है, उसकी दशा को दिखलाने के लिए अँगरेज़ी भाषा में एक शब्द है, "इमेसक्रूलेटिड", अर्थात् नामर्द और इस की क्रिया है "टू इमेसक्रूलेट" अर्थात् नामर्द बनाना। इसी प्रकार स्त्रीत्व से वंचित स्त्री को दिखलाने वाला शब्द हमारी भाषा में एक भी नहीं। वास्तव में, जब तक किसी चीज के लिए कोई शब्द मालूम न हो और उसका प्रयोग न होता हो, तब तक उसका पूरा अस्तित्व नहीं।

यह विचार बहुत कम पाया जाता है कि स्त्री भी उसी प्रकार

स्त्रीत्व-हीन होती है और उसके साथ भी वैसा ही दुर्व्यवहार हो सकता है, क्योंकि युगयुगान्तर से इसके लिए कोई शब्द नहीं। इसके लिए मैं एक शब्द—डीफैमीनेट अर्थात् स्त्रीत्वहीन—गढ़ती हूँ। जिस प्रकार लम्बी बीमारी से उठने या जेल से निकलने पर पुरुष को कहा जाता है कि वह "कमज़ोर और नामर्द" होगया है, उसी प्रकार पुराने ढर्रे के बुरे विवाह में कैद कई स्त्रियों के सम्बन्ध में भी कहा जा सकता है कि वे "कमज़ोर और स्त्रीत्वहीन" हो गई हैं।

जिस पुरुष की शक्तियाँ, रोग या घोर परिश्रम के कारण, इतनी कम हो जाती हैं कि उस की भार्या को अतृप्त रहना पड़ता वह उस के जीवन को एक समस्या बना देता है। उस की स्त्री जो हानियाँ चुपचाप उठाती है उन पर बहुत कम लोगों ने विचार किया है और उन के संबंध में बहुत थोड़े लोगों ने सीधे तौर पर और स्पष्ट शब्दों में कुछ कहा है। वह भी, देर तक संयम करने के कारण, एक भिन्न रीति से, वैसे ही स्त्रीत्व-हीन हो जाती है जैसे पुरुष देर तक स्त्री-समागम न करने से नामर्द हो जाता है। तीसरे और चौथे प्रकरण में जो बातें लिखी गई हैं उनके अनुसार काम करने से स्त्री और पुरुष को एक दूसरे के साथ सन्तोषजनक व्यवस्था प्राप्त करना आसान हो जायगा। परन्तु कई जोड़े स्वभाव से ही बे-मेल होते हैं। उनका मेल कठिन है।

मैथुन कितनी बार करना चाहिए इस विषय को छोड़ने के पहले मैं नारी-शरीर में मदन-तरङ्ग के उतार-चढ़ाव का थोड़ा सा वर्णन कर देती हूँ क्योंकि विवाह की कायिक दशा के संबंध में इस का बड़ा महत्व है। प्रकृति में मदनोदय का एक ही बहुत प्रत्यक्ष काल है। यह इतना सार्वत्रिक है कि इसे "स्वाभाविक" कहा जाता है।

यह है नारी-शरीर में अट्ठाईस दिन के बाद मदन का उदय होना—समागम की इच्छा का भड़क उठना। अनेक विद्वतापूर्ण ग्रन्थों के लेखकों ने इसके इतिहास का अनुमान किया है। इन अनुमानों पर विवाद न करके हम यह स्वीकार कर लेते हैं कि नारी-जीवन में यह मदन-तरङ्ग एक बहुत ही मौलिक चीज है। इस लिए मनुष्य-जाति के लिए इसका बहुत बड़ा महत्व है। क्या पुरुष में भी यह वैसी कदर पाई जाती है? आम तौर पर इस प्रश्न के उत्तर में लोग हँस कर या घृणा प्रकट करते हुए कहते हैं—"विलकुल नहीं!" परन्तु यह जरूर पाई जाती है।

डाक्टर हेवेलाक एलिस कहता है—"हाल के वर्षों में, अनेक लेखकों ने अपना विश्वास प्रकट किया है कि पुरुष में लगभग मासिक अन्तरों पर काम-वासना का चढ़ाव होता है, यद्यपि वे अपने कथनों की पुष्टि में कोई निश्चित प्रमाण नहीं दे सके।" (Studies, Vol. I)

डाक्टर फ्रेङ्क पेरीकोस्ट ने ३२ वर्ष तक नाड़ी के चलने की चाल के चार्ट या सविस्तर नकशे रखे है। मुझे उन चार्टों को देखने का सौभाग्य प्राप्त हुआ हैं। उन का संक्षिप्त वर्णन नेचर, १८९१, में, दि यूनिवर्सिटी मेग्ज़ीन १८९८, में, दि मेडिकल रीव्यू आव रीव्यूज़, १९१९, में और डाक्टर हेवेलाक एलिस की "स्टडीज़" नामक पुस्तक के परिशिष्ट में प्रकाशित हुआ है। निश्चय ही ऐसा जान पड़ता है मानों पुरुष में हृदय की धड़कन जैसे सारभूत शारीरिक व्यापार में मौसमी और मासिक दौरा होता है। काम-वासना के संबंध में मेरे पास पुरुषों के असली चार्ट नहीं, परन्तु अपनी पत्नियों से सच्चा और गहरा प्रेम रखने वाले ऐसे पुरुषों के कई

ही मनोरञ्जक केसों का मुझे पता लगा है जो अपने सहज ज्ञान से या मेरी शिक्षा के कारण, पाक्षिक समागम करते रहे हैं, और जिन को कुछ वर्षों के बाद, अवस्थाओं ने कुछ समय के लिए अपनी पत्नियों से अलग कर दिया है, और इस वियोग-काल में उन्होंने अपने में पाक्षिक दौरे के स्पष्ट प्रमाण देखे हैं।

हाल की शताब्दियों के सारे इतिहास में, यद्यपि एकपत्नीव्रत समाज का एक नाममात्र सामाजिक आदर्श रहा है, तो भी यह केवल कानूनी कहानी का ही एकपत्नीव्रत रहा है। इस का आशय बहुत करके पारिवारिक बपौती को सीधा प्राप्त करना है। शारीरिक रूप से सच्चे अर्थों में यह एकपत्नीव्रत नहीं, क्योंकि इस कानूनी एकपत्नीव्रत के साथ साथ वेश्याओं और रखेल स्त्रियों की एक बड़ी संख्या मौजूद रहती है। इन को यद्यपि दबाया जाय और समाज में उन का कभी ज़िक्र तक न हो, तो भी वे एक ही पत्नी करने की आध्यात्मिक एकतानता का तो कहना ही क्या निहायत ज़रूरी शारीरिक एकपत्नीव्रत को भी नष्ट कर डालती हैं।

स्त्री का अट्ठाईस दिन का दौरा, और उस के बाद चौदह दिन तक उसकी वासना का बलवान रहना उस का एक पुराना और न छिपने वाला गुण है। क्या प्रेमी और पत्नीव्रती पतियों में भी पक्ष के बाद वासना को जागना स्वाभाविक न हो जाय ?

गत महायुद्ध में कई पुरुषों ने खाइयों में अपने में इस बात को देखा था और इस के सम्बन्ध में मुझे लिखा था। यद्यपि संग्रहीत तत्व बहुसंख्यक नहीं, तो भी वे बड़े ही प्रबोधक और बड़े ही मनोरञ्जक हैं। अधिक साधारण अवस्थाओं में रहने वाले सिविलियन—नागरिक—लोग इन की पुष्टि करते हैं।

श्रीयुत व० लिखता है—"अब मैं आप अकेला स्त्रियों से दूर जंगलों में बहुत रहा हूँ। गत कई वर्षों में मुझे यह देख कर आश्चर्य होता था कि सदा नियमित अन्तरों पर ही, बिना किसी उत्तेजना के स्वभावतः मुझ में स्त्री की चाह पैदा हो जाती थी। एकान्त रूप से यह महीने में एक बार (एक मर्तबा में एक दो दिन के लिए) और जब मैं बहुत थका नहीं होता था तो महीने में दो बार। मैं अभी आपकी पुस्तकों को जानता भा न था कि मैं इस परिणाम पर पहुँचा था कि मुझ में पक्ष के बाद काम-वासना जागती है। मैं इसे समझ नहीं सकता था।"

दूसरा केस भारत में एक विवाहित पुरुष का है। इस को दीर्घ काल तक अपनी पत्नी से अलग रहना पड़ा था। वह लिखता है—"मैं नवयुवक नहीं। मेरी उम्र चालीस और पचास के बीच है। परन्तु मैं मज़बूत और तन्दुरुस्त आदमी हूँ। मैं देखता हूँ कि प्रत्येक पखवाड़े में या इसके लगभग मुझे काम-वासना का प्रबल आवेग होता है और कई दिन तक रहता है। इन दिनों में मुझे बड़ी बेचैनी होती है। इस से मेरे रात के आराम में बाधा पड़ती है। यह बड़े महत्व की बात है क्योंकि बरसात में मुझे बड़ा कड़ा काम करना पड़ता है, और रात को व्याकुलता रहने से फिर काम नहीं हो सकता। अन्त को सामान्यतः मेरी नींद में मुझे आराम होता है, परन्तु मैं यह कहे बिना नहीं रह सकता कि किसी किसी समय तो आवेग इतना प्रबल होता है कि मेरा जी चाहता है कि बनावटी ढंग से अपने को चैन दूँ। केवल लज्जा का भाव और अपनी पत्नी का विचार ही मुझे ऐसा करने से रोकता है। मैं काम भी सख्त करता हूँ और खेलता भी सख्त हूँ। मैं खाता-पीता भी मर्यादा से हूँ। इस

लिए मैं अपने को ऐसा जीवन बिताने का दोष नहीं दे सकता जो काम-वासना को अधिक भड़काने वाला हो।"

इन सचाइयों की मौजूदगी में यह कहना निर्मूल नहीं कि ठीक स्त्रियों के लिए पूरे पूरे पति वही पुरुष हो सकते हैं जिन में काम-वासना का स्वाभाविक और अपने आप उठने वाला आवेग उन स्त्रियों के आवेग के साथ मिलता हो। यदि संसार में सौभाग्य से कभी कोई समय ऐसा आए जब इस में बसने वाले स्त्री-पुरुषों में गहरी एकतानता हो और वे सोच समझ कर उन्हीं से विवाह कर सकें जिन में मदन का उतार-चढ़ाव उनके अपने अनुसार होता हो तो घरेलू अत्याचार से पैदा होने वाली अनेक समस्याएँ और सार्वजनिक वेश्यावृत्ति का एक बड़ा भाग चम्पत हो जाय!

मुझे एक और सहायक तथा आश्चर्यजनक बात की कुछ साची मिली है। और वह यह है कि हो सकता है कि जोड़ा एक दूसरे पर इतना गहरा असर डाले कि न केवल स्त्री में, वरन् पुरुष में भी, एक ऐसी ताल या दौरा पैदा हो जाय जो इतना काफी तौर पर गहरा गड़ा हो कि जोड़े में से एक की अनुपस्थिति में भी जारी रहे।

यह सच है कि ऐसे पुरुष बहुत दुर्लभ हैं, और उनको तथा उन की पत्नियों को विशेष रूप से भाग्यशाली समझा जा सकता है। जिस संसार में अब तक अज्ञता, संदेह, और स्त्री-पुरुष-सम्बंध की घोर दुर्व्यवस्था की भरमार रही है, यदि उस में संयोग से कुछ ऐसे अपवाद मिल जायँ जिन्होंने अपनी स्त्री-पुरुष-धर्म्म-सम्बन्धी कठिनाइयों का सुखदायक हल निकाल लिया हो, और जिन का आपस में इतना घनिष्ट मिलाप हो गया हो कि उन्होंने एक दूसरे के

काम-वासना-संबन्धी आवेगों में फेर-फार करके पारस्परिक एकतानता प्राप्त कर ली हो, तो क्या ऐसे अपवादों से दूसरे जोड़ों को बहुत बड़ा प्रोत्साहन नहीं मिलता ? मानव-जीवन की ऐसी बढ़िया व्यवस्था हो सकती है, इस बात का ज्ञान उन लोगों को बड़ी सहायता दे सकता है जो अभी इतने छोटे हैं कि अपने को चाहे जैसा भी ढाल सकते हैं। यह उन को अपने विवाहित जीवनों में उन की ऐसी ही एकतानता प्राप्त करने में भी सहायता देता है।

जीवन को सदा दुखी रखने वाली कठिनाइयों के एकतान हल के लिए पुरुषों की नई पीढ़ी प्रतीक्षा कर रही है। जिन लोगों ने सचमुच इन को हल कर लिया है उन की संख्या चाहे कितनी भी थोड़ी क्यों न हो, उन के उदाहरण से बहुत से दूसरे जोड़े भी इस के लिए यत्न करने लगेंगे।

जिन लोगों का विवाह हुए अनेक वर्ष हो चुके हैं, उन में ज्यों ज्यों समय बीतता है जोड़े का मैथुन-सामर्थ्य स्वभावतः घटता और चढ़ती हुई उम्र के साथ कम होता जाता है। अन्त को, ज्यों ज्यों उम्र चढ़ती जाती है पखवाड़े में एक बार समागम भी बूढ़े जोड़े के लिए ज़ियादा हो जाता है। परन्तु उन का गहरा और सच्चा प्रेम कम नहीं होता। ज्यों ज्यों शरीरों की आवश्यकताएँ तृप्त होती जाती हैं और उन के प्रेम के चिन्ह आत्मा में स्थिर हो जाते हैं यह प्रेम भी बढ़ता जाता है।

इस प्रकरण में अब तक मैंने कितनी बार समागम करना चाहिए, इस पर विचार किया है, परन्तु प्रत्येक समागम में एक और बात भी ध्यान देने योग्य है, और वह यह है कि एक समागम में पति और पत्नी एक दूसरे के साथ कितनी बार कामावेग अर्थात्

मस्ती का अनुभव करते हैं। पुरुष एक समागम में एक से अधिक बार कामावेग प्राप्त करने की बहुत कम आशा कर सकता है।

समागमों की बड़ी से बड़ी संख्या जो मेरे सामने आज तक किसी पुरुष ने मानी है, जिन में उसे मस्ती भी आती रही है, वह एक रात में अट्ठारह है। परन्तु यह एक असाधारण अवसर की बात है, क्योंकि इस में पति-पत्नी बहुत देर की जुदाई के बाद मिले थे और उन का आपस में बड़ा तीव्र प्रेम था। सामान्यत: यदि पुरुष को एक रात में दूसरी बार मस्ती आती है तो वह दो समागमों के बीच तरोताज़ा कर देने वाले विश्राम या नींद के बाद। इस दृष्टि से स्त्रियों में अन्तर है। एक ही समागम में उन्हें अनेक बार स्पष्ट रूप से मस्ती आ सकती है, यद्यपि मेरा विश्वास है कि अधिकांश को एक ही बार मस्ती होती है। कई स्त्रियाँ एक ही बार मस्ती आने के बाद नहीं सोतीं,वरन उनके लिए दो बल्कि तीन बार मस्ती आने की ज़रूरत होती है, तभी उनका एक समागम पूरा होता है। अमरीकन डाक्टर रोबी कहता है—"पतियों को मालूम रहना चाहिये कि बहुत ऊँचे नमूने की पत्नियों और माताओं को, अपनी पूरी पूरी प्रसन्नता और निरन्तर स्वास्थ्य के लिए, तीन या चार बार मस्ती आने की ज़रूरत होती है और वह भी शायद आध घंटे के अन्दर अन्दर। किसी भी पति को स्त्री की इस विशेषता को देखने और उसे तृप्त करने में चूकना नहीं चाहिए। इसे पत्नी में अस्वाभाविक बात नहीं समझना चाहिए।"

मैथुन की एक दूसरी महत्वपूर्ण बात समागम का काल या मुद्दत है। पाँचवें प्रकरण में मैं पूरा होने से पहले ही समाप्त हो जाने वाले समागम के सम्बन्ध में कुछ लिख चुकी हूँ, और "विवा-

हित प्रेम" में एक छोटा सा अनुच्छेद यह दिखलाने के लिए लिखा गया है कि यदि सम्भव हो सके तो दोनों का स्खलन एक ही समय में हो। उस में इतनी वात और भी लिखी गई है—"किन्तु स्त्री की निद्रित काम-वासना के जाग उठने और उसका सत्ता की सभी जटिल प्रतिक्रयाओं के आरम्भ होजाने के पश्चात् भी उसकी तृप्ति के लिए दस से वीस मिनट तक वास्तविक शरीर-संयोग का होना आवश्यक है। परन्तु जो पुरुप यह नहीं जानता कि मुझ अपनी प्रतिक्रियाओं का निग्रह करने की आवश्यकता है जिस से हम दोनों को एक ही काल में चरित होने के लाभ का अनुभव हो, वह सुरत (मैथुन) में दो तीन मिनट से अधिक नहीं लगाता।"

मैं इस का अब कुछ विस्तार करना, और इस विषय में कुछ और सहायता देना चाहती हूँ, क्योंकि दाम्पत्य-जीवन रूपी पेचदार महल का यह एक खास पत्थर है। प्रायः इसी से ठोकर खाकर लोग गिरते हैं।

जहाँ स्वास्थ्य और प्रतिक्रियाएँ सब योग्य और अच्छी दशा में हों, वहाँ फिर समागम की सुद्दल का निर्भर बहुत कर के मैथुन में ग्रहण किए हुए आसन (position) पर होता है। कम से कम इँगलैंड में प्रायः एक ही आसन का प्रयोग किया जाता है, अर्थात् समागम में पुरुष स्त्री के ऊपर पड़ जाता है। परन्तु यह भारी मूर्खता है और प्रायः सचमुच शोचनीय यद्यपि सूक्ष्म खटपट का कारण होती है। पुरुष ही प्रायः इस में अपराधी होते हैं क्योंकि वही इस भद्दे आसन का प्रयोग करने पर हठ करते हैं। इस का कारण यह है कि उनके मन में "पुरुष की प्रधानता" का भाव बैठा हुआ है। पर इस में अधिक हानि उन्हीं की है क्योंकि वे उस

आनन्द से वंचित रह जाते हैं जो दूसरी रीतियों से उन्हें मिल सकता था। इससे स्त्रियों को भी हानि उठानी पड़ती है। यदि थोड़े में और बिलकुल साफ साफ कहें तो कह सकते हैं कि समागम का काल जितना अधिक लंबा होगा पुरुष के लिए उतना ही अधिक सच्चा आनन्द मिलेगा। पर मैथुन-काल इतना लम्बा भी न हो कि उस से थकावट आ दबाए। यदि, जैसा कि होना चाहिए, समागम उतनी देर तक बना रहता है जब तक कि स्त्री और पुरुष दोनों में मस्ती नहीं आ जाती, तो स्त्री के स्वास्थ्य को बहुत लाभ पहुँचता है। आम तौर पर, जिस आसन पर पुरुष ज़ोर देता है, वह उसकी अपना ही प्रसन्नता को काटडालता है। डाक्टर र०स० अनेक पुरुषों का एक नमूना है। उसकी कथा उसके अपने शब्दों में सुनिए—"बहुत जल्दी छोड़ देने के कारण आप हम पुरुषों की कड़ी ताड़ना करती हैं। मैं समझती हूँ सचाई यह है कि हम तो घण्टों जुड़े रहना चाहते हैं, परन्तु हम में से बहुतों को समय पर काबू नहीं। जब हम ऊपर पड़े होते हैं तो दबाव बहुत कड़ा होता है। हम उस समय अपने होश गुम करने के सिवा और कुछ नहीं कर सकते। बहुत वर्षों की विफलता के बाद ही मैंने कर्वट पर सफलता प्राप्त करना सीखा। मैं कई ऐसे जोड़ों को जानता हूँ, जिनका सुरत-काल पहले दो तीन मिनट से अधिक नहीं था, पर कर्वट के बल लेटकर मैथुन करने से जिनका यह काल इतना लंबा हो गया है जितना कि स्त्री चाहती है। मैं अनेक ऐसे जोड़े जानता हूँ जिन में स्त्री को अन्तिम मस्ती से पहले कई बार मस्ती होती है। इस विधि से कई लोगों में एक से लेकर पूरे दो घंटे तक सुरत-क्रिया जारी रहत है।"

आइए तनिक कप्तन स० के अनुभव पर भी विचार

करें। वह कहता है—"मैंने सुना है, ऐसे डाक्टर भी हैं जो कहते हैं कि मैथुन का ठीन समय लगभग तीन मिनट है! जब मैंने एक वृद्ध और अनुभवी डाक्टर से कहा, मैं अपनी स्त्री के साथ घड़ी देख कर ४५ मिनट तक जुड़ा रहता हूँ और अन्त में हम दोनों को एक ही समय में मस्ती आती है, तो वह अचम्भे से मुझे घूरने लगा। लगभग सभी अवस्थाओं में स्त्री की तृप्ति में समय लगता है। और यदि पुरुप स्त्री के ऊपर हो, तो यह मुश्किल होता है। यदि वह लेटी हुई हो और पुरुष उसकी ओर घुटनों के बल झुके, तो यह कठिन नहीं।"

मैंने प्राचीन संस्कृत पुस्तकों में आसनों का हाल पढ़ा है। जितनी भी स्थितियाँ संभव हो सकती हैं उन सब का और उन के विशेष गुणों का सविस्तर वर्णन उनमें है। परन्तु इन की बहुत सा बातें न केवल काल्पनिक वरन् इन्द्रजाल-सी जान पड़ती हैं। इस पर भी विवाहित भारतीय पुरुषों ने मुझे बताया है कि हम सात सात घंटे तक स्त्री के साथ सुरत में जुड़े रहने का सामर्थ्य रखते हैं। इस कथन की सच्चाई को परखने का मेरे पास कोई साधन नहीं। मैं इसे यहाँ केवल इस लिए लिखती हूँ क्योंकि एक भारतीय डाक्टर ने मुझे बड़ी गम्भीरता और शान्ति के साथ कहा था कि यह सची है और एक से ज़ियादा लोगों ने अपने जीवनों में इसका अभ्यास करके इसका समर्थन किया है।

मैं इस पर अपनी ओर से कोई टीका-टिप्पणी नहीं करूँगी। परन्तु यह बता देना आवश्यक समझती हूँ कि सुरत-क्रिया की बहुत रीतियाँ हैं। इस लिए जो जोड़ा देखे कि उनके विशेष स्वभाव उन को पूर्ण रूप से तृप्त नहीं करते, उन्हें चाहिए कि उन अनुभवों

का प्रयोग करके देखें जिन से दूसरे जोड़ों को स्वास्थ्य, शान्ति और सन्तोष मिला है। यद्यपि मैं किसी ऐसे अँगरेज़ पुरुष को नहीं जानती जो मस्ती आने से पूर्व एक घण्टे से अधिक काल तक स्त्री से जुड़ा रह सकता या इस समागम से लाभ उठा सकता है, तो भी संभव है कि कई ऐसे हों। ऐसे पुरुषों के विषय में मैं अटकल से झट यह कहने को तैयार हूँ कि उन का विवाहित जीवन सुखमय होगा। कम से कम, वे उस नमूने की स्त्रियों के लिए आदर्श पति सिद्ध होंगे जिन की काम-वासना बहुत धीरे धीरे चमकती है और जो साधारण जल्दी जल्दी किए हुए समागम में बिलकुल अतृप्त रह जाया करती हैं।

दसवाँ प्रकरण

स्त्रियों में "परिवर्तन"

प्रत्यक विवाहित जोड़े के जीवन में, चाहे वह कितना ही सफल क्यों न हो, शारीरिक व्यवस्था के उस समय के कारण, जिसे स्त्रियों में "जीवन का परिवर्तन" कहा जाता है, थोड़ी बहुत कठिनाई आ सकती है। इसके संबंध में कितनी गुप्त चेतावनियाँ मौजूद हैं, और कितना अनिश्चय और कितना भय अनुभव किया जाता है! इसने कितना अंधकार पैदा कर रक्खा है, प्रत्येक स्त्री और स्त्री के प्रेम की चाटी पर कैसी धमकी खड़ी रहती है!

जिस स्त्री का स्वास्थ्य वैसा अच्छा नहीं जैसा कि यह होना चाहिए, या जिस का मैथुन-संबंधी जीवन किसी तरह अस्वाभाविक रहा हो, उसके लिए "जीवन में परिवर्तन" का

काल काफी बेचैन करने वाला हो सकता है। मैं यहाँ उन शारीरिक लाचारियों का उल्लेख नहीं करना चाहती जिन का वर्णन 'काम-शास्त्र की पुस्तकों' के लेखक स्त्री-जाति के "उपदेश" (या डाँट) के लिए विस्तार-पूर्वक और बार बार करते हैं। काम-शास्त्र पर लिखने वाले प्रायः प्रत्येक लेखक ने मासिक धर्म्म के सदा के लिए बंद हो जाने (Menopause) पर कोई अध्याय, कोई पुस्तक या इस से भी अधिक लिखा है, और उस में चेतावनियाँ, उपदेश तथा स्वास्थ्य-रक्षा संबंधी शिक्षाएँ भर दी हैं। यदि मुझे किसी सचमुच अच्छी, उत्साहवर्धक, और नियमित विचारों वाली पुस्तक का पता होता तो मैं इसे लेने की अपने पाठक और पाठिकाओं से अवश्य सिफ़ारिश करती। पर मैं ऐसी कोई पुस्तक जानती ही नहीं! इस विषय पर पुस्तकों और पेम्फलटों की भरमार है। पर वे सब निष्फल और व्यर्थ हैं और स्त्रियों को घरों में लूट रहे हैं। इन स्त्रियों में इतनी समझ नहीं, और न उन में इतनी एकता है कि वे मिल कर इन को खदेड़ दें। इन स्त्रियों को बताया जाता है कि यदि तुम कँवारी अवस्था से ही नियम-पूर्वक रहतीं—नीची एड़ी के बूट पहनतीं, लाल गेहूँ की रोटी खातीं, बहुत से बच्चे पैदा करतीं, इत्यादि—तो तुम्हें यह तक्लीफ बिलकुल न होती। इनके अतिरिक्त एक और नमूने की पुस्तकें भी हैं। वे थोड़े बहुत स्वाद के साथ गरम फुलावट (*Hot flushing*), चरबी चढ़ जाने से शरीर के तन्तुओं का मोटापा, और नाड़ियों की सूजन प्रभृति असंख्य शारीरिक कष्टों और असंख्य दूसरे रोगों की गणना और वर्णन करती हैं। इन को पढ़ कर बेचारी मंत्र-मुग्ध पाठिकाएँ समझने लगती हैं कि इन कष्टों को भोगना हमारे लिए अवश्यम्भावी है।

मैं इस सारे कूड़े-करकट को साफ कर देना चाहती हूँ। मैं थोड़े से वाक्यों में उन स्त्रियों को, जो समझती हैं कि "जीवन का परिवर्तन" अर्थात् रजोदर्शन का सदा के लिए बंद हो जाना, निकट आ रहा है, परामर्श देती हूँ कि वे उसी प्रकार चली चलें मानों यह आ ही नहीं रहा। ऐसा करना सदा संभव नहीं होता, परन्तु जितना लोग समझते हैं उस से कहीं अधिक मन शरीर को काबू में रखता है। ऐसे समयों में मन का स्वस्थ भाव बहुत बड़ा महत्व रखता है। तब यदि कोई शारीरिक लक्षण, जैसा कि सिर-दर्द या बदहजमी, उन्हें कष्ट दे, या वे देखें कि हम अपनी पसंद से अधिक मोटी हो रही हैं, तो उन्हें चाहिए कि वे जहाँ तक हो सके अच्छे से अच्छे डाक्टर के पास जाँय, और अपने भीतर की गिल्टियों के साम्य (Balance) को उस एकतानता को जिसमें बीजकोष (ओवरी) की क्रिया के अन्तिम रूप में थोड़ी बहुत गड़बड़ हो जाती है— सुधारने के लिए कोई आवश्यक गिल्टियों के मिश्रण (Glandular Compounds) देने के लिए कहें। थाईरॉयड और ओवेरियन पदार्थ का मिश्रण (A mixture of Thyroid and Ovarian substance) और कई दूसरी चीजें प्रायः बड़ी उपयोगी सिद्ध होती हैं (देखिए परिशिष्ट क, नं० ४) और भीतरी साम्य (Balance) को सुधारने के लिए पर्याप्त हो सकती हैं। इस लिए इन से उस स्त्री के स्वास्थ्य और रूप में आश्चर्यजनक उन्नति हो सकती है जिस का शरीर गड़ बड़ के समय कष्ट दे रहा है।

बहुत देर हुई ब्लेअर बॅल ने भी कहा था कि जब ओवरी यथेष्ट रूप से काम न करती हो, तो उस से पैदा होने वाले लक्षण "उन स्रावों को पूरा कर देने से जिनकी शरीर में कमी होगई है या

उन को दवा देने से जिनकी अधिकता है, अच्छी तरह से दूर किए जा सकते हैं।" (दि सेक्स कंपलक्स, १९१६)।

क्योंकि मैंने चरबी या मुटापे का उल्लेख किया है, इस लिए मैं यहाँ स्पष्ट कर देना चाहती हूँ कि यहाँ मेरा आशय उस चरबी की अधिकता से है जो प्रायः मासिक धर्म्म के सदा के लिए बन्द हो जाने (Menopause) के समय के करीब आती है। अपने शरीर को ठीक गोलाई से भी कम कर देने के लिए थाईरायड या दूसरी ओषधियों या भोजन का प्रयोग करना मूर्खता ही नहीं भयानक भी है। मैं इसे बड़े शोक की बात समझती हूँ कि इतनी सुन्दर जवान लड़कियाँ वोग जैसा सड़ी गली पत्रिकाओं में छपने वाले अस्वाभाविक चित्रों और फ़ैशान-प्लेटों से मुग्ध होकर यह समझने लगें कि स्त्रियों में एक कड़ी और सीधी वरन् एक दुबली या साँप की-ऐसी रेखा "सुन्दर" या चुस्त है। प्रकृति चाहती है कि स्त्रियाँ पतली होने पर भी भली भाँति गोल हों। गोल शकल स्त्री के सौन्दर्य के लिए न केवल ठीक और सदा के लिए सच्चा आदर्श है वरन उनका जातीय आशय भी बड़ा गहरा है। एक पुरानी कहा-वत है कि "नोकीली स्त्रियाँ और आवाज़ देने वाली मुरग़ियाँ अच्छी नहीं होतीं।" यदि कोई स्त्री उन स्वाभाविक टेढ़ी रेखाओं को दूर करने के लिए जो स्त्री होने के कारण उस में हैं थाईराइड या किसी दूसरी चीज़ का सेवन करने का यत्न करती है तो वह बहुत ही मौलिक विकारों की जोखिम उठाती है। अन्त को उसे अपनी मूर्खता के लिए भारी दण्ड भोगना पड़ता है। गिल्टियों के निचोड़ों (glandular extracts) का प्रयोग भीतरी गिल्टियों के स्रावों के खोए हुए साम्य (balance) को दुबारा ठीक

करने के लिए ही बताना चाहिए। इस हानि के होने की अधिकतर संभावना मासिक धर्म के सदा के लिए बंद हो जाने के समय होती है, और इसको दुरुस्त करने की ज़रूरत भी उसी समय होती है।

शरीर के अनेक दूसरे अङ्गों की तरह ओवरियाँ (स्त्री के अण्डकोश) भी भीतरी स्राव (secretion) या होर्मोन (hormones) पैदा करती हैं। ये स्राव प्रायः सर्वत्र शरीर में बँट जाते हैं और उसकी नियामक व्यवस्था के लिए अपना अपना काम करते हैं। इस बात का समझना कठिन नहीं कि जब ओवरियों जैसी महत्वपूर्ण इन्द्रियों के लिए अपने बाहरी फुर्तीले जीवन को बंद करने और साथ ही अपनी भीतरी चेष्टाओं को घटाने का समय आता है, तब, जब तक सारी देह इस परिवर्तन के लिए पूरी तरह से व्यवस्थित न हो, ऊपर से अप्रासंगिक प्रतीत होने वाले अनेक बखेड़े और गड़बड़ें खड़ी हो सकती हैं। आवश्यक भीतरी स्रावों के सेवन द्वारा इन में से अब लग भग सब को चट पट रोक कर स्वाभाविक दशा में लाया जा सकता है, यहाँ तक कि "परिवर्तन" का व्याकुल करने वाला समय निकल जाता है और नवीन प्रकार की शरीर-शास्त्र-संबंधी फुरती प्रतिष्ठित हो जाती है। जो भाग्यवती स्त्री अब तक भी प्रकृति माता के अनुकूल जीवन बिताती और उस के सब नियमों का पालन करती है, प्रकृति इस में उसकी रक्षा आप करती है। परन्तु खेद तो इस बात का है कि "सभ्यता" ने पूरी तरह से तन्दुरुस्त स्त्रियों की संख्या इतनी कम कर दी है कि हम में से अधिकतर को जीवन के इस नए रूप के अनुसार अपने

को व्यवस्थित करने में जो कठिनाइयाँ होती हैं उन में कुछ सहायता की आवश्यकता रहती है।

मासिक धर्म्म के सदा के लिए बन्द हो जाने पर या उस समय के लगभग स्त्री को सब से अधिक तक्लीफ पुरानी सिर-पीड़ा और माँस-तन्तुओं का मुटापा होता है। इन रोगों से पीड़ित अनेक स्त्रियाँ इन से छुटकारा पाने के लिए कोई भी समझ का काम नहीं करतीं। इन दुखों से छुटकारा पाने की उन्हें कोई आशा भी नहीं होती, क्योंकि मासिक ऋतु के सदा के लिए बन्द होने के सम्बन्ध में उन्होंने जो अज्ञान-पूर्ण और भद्दी अनर्थक बातें पढ़ी या सुनी हैं उनसे उन का दृष्टिकोण स्वास्थ्य-नाशक और विषण्ण हो चुका है। परन्तु मेरा सन्देश स्वास्थ्य का, आरोग्य का, मन और आत्मा की सचेत सेवा में शारीरिक रूपों के निर्मल-मस्तिष्क और प्रसन्न-चित वाले निग्रह का है। शारीरिक लाचारियों के लिए किसी प्रकार की शारीरिक चिकित्सा या शोधक की प्रायः आवश्यकता होती है, परन्तु कौनसी चिकित्सा करनी चाहिए इसका निर्णय कारणों की खूब सोच-समझ कर की गई वैज्ञानिक खोज के वाद ही होना चाहिए। आइए, अब इस सिर-दर्द और अवाञ्छित मुटाये पर विचार करें।

अब जब कि होर्मोनों (hormones) अर्थात् भीतरी स्रावों का अध्ययन होने लगा है, यह बात प्रायः स्वीकार कर ली गई है कि जब स्त्री की ओवरियाँ (वीजाधार) हरा होने के लिए अंडे तैयार करने और इस मतलब के लिए उन अंडों को विशेष अन्तरों पर बाहर निकालने का विशेष काम बंद कर देती हैं, तो वे इसके साथ ही ओवरियों के विशेष रसों (ovarian secretions)

को सारे शरीर में घूमने और उसके सारे अङ्गों को सुव्यवस्थित करने में सहायता देने के लिए रक्त-धारा में डालने के अपने निरन्तर भीतरी काम को भी ढीला कर देती हैं। इस के साथ थायराइड गिल्टी भी सुस्त पड़ जाती है। ओवरियों और थायराइड गिल्टी के भीतरी स्रावों की जितनी मात्रा पहले मिला करती थी उतनी अब नहीं मिलती। इस से चर्बी छोड़ने वाली कोठरियाँ (Cells) काबू से बाहर होकर अपने ऊपर बहुत अधिक काम ले लेती हैं। विज्ञान अब इस बात को और भी अधिक स्पष्टता से दिखला रहा है कि थायराइड गिल्टी सारे शरीर को एक बहुत ही महत्वपूर्ण निग्रहकारी स्राव देती है। इस लिए समझदार स्त्री को इस समय ओवेरियन निचोड़ (Ovarian extracts) और थायराइड गिल्टी के निचोड़ (और किसी दूसरी गिल्टियों के निचोड़ जो बताए जायँ) की छोटी खूराकें उपयुक्त मात्राओं में सेवन करनी चाहिएँ, ताकि व्यवस्था ठीक बनी रहे। जीव-विद्या और शरीर-शास्त्र के विद्वानों की वैज्ञानिक खोज ने जब से इस नवीन ज्ञान का आविष्कार किया है, तब से इसका बड़ी तेज़ी से विस्तार हुआ है, और डाक्टरों के लिए इस का प्रयोग आसान हो गया है। इस का उपयोग बहुत से आधुनिक चिकित्सा-विद्यालयों में होने लगा है और इसकी खूब प्रशंसा होती है।

कुछ स्त्रियों में सदा के लिए मासिक धर्म्म के बन्द हो जाने का परिणाम यह होता है कि उन के चेहरे पर बाल उग आते हैं। स्त्रियाँ इस से बहुत घबराती हैं। इस विषय में एक स्त्री ने मुझे चिट्ठी लिख कर मेरी सम्मति और सहायता माँगी है—"चेहरे पर बालों के उगने को डर हज़ारों स्त्रियों को दबाए रहता है। जैसा कि आम तौर पर समझा जाता है, क्या जननेन्द्रियों की खराबी के

साथ इस का कोई सीधा संबंध है? कृपया इस विषय पर युक्ति-युक्त प्रकाश डालिए, क्योंकि मैंने झूठे डाक्टरों के विज्ञापनों के सिवा इस का और कहीं भी उल्लेख नहीं देखा। डाक्टर लोग अपने बीमारों को केवल "इलक्ट्रोलिसिस" (बिजली के इलाज) की सिफारिश कर देते हैं। यह बड़ा मँहगा है और इस से सदा सफलता भी नहीं होती। मेरी एक सखी ने यही बिजली का इलाज कराया था। डाक्टर ने उसे बहुत तेज़ मात्रा दे दी। इस से उस के चेहरे के सारे निचले भाग पर सदा के लिए बहुत बुरी तरह से दाग़ पड़ गये!"

मैं जानती हूँ, इस चिट्ठी में स्त्रियों की एक बड़ी संख्या के लिए बड़ी दिलचस्पी की बातें हैं। मैं समझती हूँ, जैसा कि चिट्ठी लिखने वाली कहती है, कि इस विषय पर कोई भी मानने लायक जानकारी मिल नहीं रही। इस लिए उस के इच्छानुसार मैं इस विषय पर युक्तियुक्त प्रकाश डालती हूँ।

सब कोई जानता है कि न स्त्री और न पुरुष "शुद्ध स्त्री" या "शुद्ध पुरुष" है, वरन् दोनों असल में मानुष हैं, और उन में से हर एक में दोनों जातियों की जननेन्द्रियों के मूल हैं। ज्यों ज्यों भ्रूण बढ़ता है भीतरी गिल्टियों के वरन् आरम्भिक जननेन्द्रियों के भी स्राव (Secretions) प्रतिक्षण रक्त-धारा में "होरमोन" डालते रहते हैं। इन होरमोनों या भीतरी स्रावों के सारे शरीर पर निग्रह-कारी और रचनाकारी प्रभाव होते हैं। इन में से कुछ गिल्टियाँ तो विभिन्न रचनाओं को उत्साहित करती और कुछ उन को रोकती हैं। कुक्कुट की कलगी, उस का कुकड़ूँ कूँ शब्द, और भाव "गौण नर-विशेषताएँ" हैं; जैसे पुरुष में बालों वाली छाती, डाढ़ी, और कड़ी आवाज़ है। मुरग़ी में और स्त्री में उस के नारी होने के

कारण पैदा होने वाले स्राव इन चीज़ों को प्रकट होने से रोक देते हैं। स्त्री में प्रधान जननेन्द्रियाँ ओवरियाँ (अण्ड कोष), गर्भाशय और स्तन हैं। और ओवरियों तथा स्तनों के स्राव, यद्यपि एकान्त रूप से नहीं, तो प्रधान रूप से तो ज़रूर उस के शरीर के कोमल होने और दाढ़ा-मूँछ न उगने का कारण हैं। उदाहरण के लिए, जिन स्त्रियों की ओवरियाँ कुडौल या अधूरी होती हैं उन में अकसर मूँछों के बहुत छोटे छोटे बाल वरन् कइयों में तो काफी स्पष्ट मूँछें और दूसरी स्त्रियों की अपेक्षा कहीं अधिक चेहरे के बाल देखे जाते हैं।

इस लिए, मासिक धर्म के सदा के लिए बंद हो जाने पर, जब ओवरियाँ (अंड कोष) चुस्ती के साथ काम करना बंद कर देती हैं, यद्यपि वे बनी रहती हैं, और उन में से स्राव निकलते रहते हैं, पर उन स्रावों की मात्रा इतनी नहीं होती कि उस से पहले की तरह वे सारे शरीर पर काबू रख सकें। दूध पैदा करने वाली और दूसरी गिल्टियों के संबंध में भी यही बात ठीक है। इस लिये पौरुष चिन्हों—मर्दाना निशानियों—के बनने में रुकावट के बंद या कमज़ोर होते ही, वे निशानियाँ बढ़ने लगती हैं। मुझे चिट्ठी लिखने वाली (देखिए पिछला पृष्ठ) स्त्री को जिस एक परिणाम ने ज़ियादा सताया है वह स्त्री के चेहरे पर मोटे बालों का उग आना है। जिन स्त्रियों ने अपनी ओवरियाँ (अण्ड कोश) निकलवा डाली हैं उन के मुँह पर भी इसी प्रकार बाल उग आए हैं। इस से मेरी उपर्युक्त बात की पुष्टि हो जाती है। ओपरेशन के बाद मुँह पर बाल बढ़ने लगते हैं, इस लिए अब कोई भी मान्य सर्जन जहाँ तक हो सकता है स्त्री की सारी की सारी ओवरियों को नहीं

निकालता। कई स्त्रियों में गर्भ-काल में अस्थायी रूप से यही असर पैदा हो जाता है। उस समय ओवरियों के स्राव रुक जाते हैं और उनके मुँह पर बहुत से बाल प्रकट हो जाते हैं। ये बाल स्तन से दूध पिलाना बंद करने पर, जब ओवरियाँ अपना काम दुबारा स्वाभाविक रूप से करने लगती हैं, अपने आप झड़ जाते हैं।

जिन स्त्रियों का मासिक धर्म सदा के लिए बंद हो चुका है या बंद होने वाला है उन को इस विषय में अब मेरा परामर्श सुनिए। मुँह पर अधिक बाल उगने की प्रतीक्षा न कीजिए। बालों के मोटा होने का ज़रा सा भी निशान पाते ही शत्रु का सामना कीजिए, आत्म-रक्षा से नहीं, वरन् आक्रमण से। इन बालों को एक एक कर के आप ही मोचने से उखाड़ डालिए [बिजली द्वारा उखड़वाने (इलेक्ट्रोलिसिस) में रुपया नष्ट न कीजिए]। मोचना इन को नीचे से केवल काट ही नहीं डालेगा, वरन् जड़ से गहरा निकाल देगा। बालों को केवल तोड़ डालने से वे मोटे और मज़बूत हो जाते हैं, परन्तु उन को सारे का सारा जड़ से निकाल डालने से वे कमज़ोर हो जाते हैं, और कई मर्तबा तो कुछ महीनों के बाद उन की बिलकुल जड़ ही उखड़ जाती है। हर सूरत में नीचे गहराई से खेंच कर निकाले हुए बाल कोई दो सप्ताह तक फिर प्रकट नहीं होते। परन्तु यह उस बड़ी चिकित्सा का केवल एक छोटा सा पहला भाग है, जो, पिछले पृष्ठों में दी हुई विचार-धारा का तर्क से अनुसरण करने पर, यह सिद्ध होती है कि उन भीतरी स्रावों का निकलना जारी रखा जाय जो बालों को बनने नहीं देते। इस लिए मैं ओवरियों और दूध पैदा करने वाली गिल्टियों के निचोड़ की छोटी छोटी मात्राओं का प्रति दिन सेवन

करने का परामर्श देता हूँ। (देखो, परिशिष्ट क, नं० ५)। यदि ठीक समय पर और ज़ियादा बाल उगने के पहले इस का सेवन किया जाय तो इस से बाल न केवल देर से उगेंगे वरन् उनका उगना रुक जायगा।

जिन स्त्रियों के बाल पहले ही बड़े हो चुके हैं उन्हें चाहिए कि वे उन को मोचने से बार बार उखाड़ती रहें। स्थिरता-पूर्वक ऐसा करते रहने से कुरूपता यदि पूरी तरह से दूर नहीं होगी तो उस के दूर करने में बड़ी सहायता तो ज़रूर मिलेगी। हर सूरत में, यह विधि न केवल अधिक वैज्ञानिक है, वरन् बिजली के इलाज (इलेक्ट्रोलिसिस) और दूसरे महँगे इलाजों की अपेक्षा जिन को कराने के लिए मूर्ख स्त्रियों को प्रायः प्रेरणा की जाती है और जिन को कराने के बाद वे बहुत पछताती हैं, यह अधिक सस्ती, अधिक निर्दोष और अधिक मनभावनी भी है।

मुझे जान पड़ता है कि सारी स्त्री-जाति के लिए—माता के लिए, मज़दूरिन के लिए, "पूर्ण युवावस्था" से पहले ही भयभीत विचारशील लड़की के लिए—सन्देश बड़ा सादा, बड़ा आशापूर्ण और बड़ा आनन्द-दायक है। और वह यह है—अपने में तुम जो भी भद्दापन, बीमारी और लाचारी देखती हो, जिस के सम्बन्ध में यह माना जाता है कि वह प्रत्येक स्त्री को भोगनी पड़ेगी, उसके होने की कोई ज़रूरत नहीं।

एक बड़ी ही निर्दय, बड़ी ही अनर्थक, और साथ ही बहुत ही फैली हुई अफ़वाह है। इस पर बहुत अधिक लोग विश्वास रखते हैं। इस ने विवाह के भौतिक पहलू को उलट कर और दुःख उत्पन्न कर के बहुत बड़ी हानि की है। वह अफ़वाह यह है कि मासिक

के लिए उस की अनुमति हो।" तो भी अनेक धर्म्म-ध्वजी पादरी साफ कहते हैं कि "सन्तान उत्पन्न करने के लिए ही समागम" की आज्ञा है।

जहाँ तक मुझे पता है आज तक कोई धर्म्म इतना मूर्ख नहीं हुआ जिसने इस घोर मिथ्या वर्णन को ऐसे प्रामाणिक रूप से कहा हो, परन्तु इस समय कुछ उच्च पदाधिकारी निस्सन्देह इसे प्रोत्साहित कर रहे हैं। उदाहरणार्थ, साऊथवार्क के बिशप ने नेशनल बर्थ रेट कमिशन के सामने गवाही देते हुए सन् १९१५ में कहा था—"मैं इस मत को कभी नहीं बदल सका कि सन्तानोत्पत्ति की इच्छा और उद्देश्य के लिए ही स्त्री और पुरुष का समागम ठीक है।" जब उस से प्रश्न किया गया—"क्या सन्तानोत्पत्ति की सम्भावना के बाद यह ज़रूर बन्द कर देना चाहिए? सन्तान पैदा करने की प्राकृतिक अवधि के बाद क्या यह ज़रूर बन्द हो जाना चाहिए? तब उसने उत्तर दिया—"मेरा ऐसा ही मत है। मैं समझता हूँ कि यदि आप दूसरे प्रयोजनों के लिए द्वार खोल देंगे, तो सारा स्थान थोड़ा थोड़ा करके ज़रूर आप के हाथसे निकल जायगा।" और कमिशन के प्रधान को उसने उत्तर दिया-"मेरा मत है कि यदि आप इस भावना को ढीला कर देंगे कि सन्तानोत्पत्ति के सिवा समागम का और भी कोई उद्देश है, तो मुझे ऐसा प्रतीत होता है कि आप स्त्री और पुरुष के बीच समागम की सारी भावना को नीचा होने के लिए रास्ता खोल देंगे, और खुद मैथुन की सारी भावना को गिरा देंगे।" (Report and Evidence of the National Birth-Rate Commission, London; 1917 pp. 438-9)। देखिए, नीचा करने पर वह कितना हठ

करता है। इस में कितनी भ्रान्ति और संकुचित भावना है, यह भी नोट कीजिए। फिर इस का मिलान उस से कीजिए जो कि मैं सच्चे दाम्पत्य-जीवन और स्त्री-पुरुष-सम्बन्ध को उनके प्रति शुद्ध वैज्ञानिक और आदर्श भाव के द्वारा ऊँचा करने के सम्बन्ध में कहने को हूँ।

मासिक धर्म्म सदा के लिए बन्द हो जाने के बाद, जब समागम से सन्तानोत्पत्ति नहीं हो सकती, मैथुन करना बिल-कुल बन्द कर देना चाहिए—ऐसा समझना धर्म्म-पण्डितों के उपर्युक्त संकुचित भाव का ही परिणाम है। परन्तु ऐसी भावना का आधार झूठी शिक्षा है। इन लोगों को न तो समागम के तर्कसंगत मूल का ज्ञान है, न स्त्री और पुरुष की शारीरिक आवश्यकताओं का पता है, और न सच्ची समागम-क्रिया से जीवन में होने वाले लाभों और अच्छाइओं की खबर है।

कई पुरानी डाक्टरनियाँ, जिन की शरीर-शास्त्र की शिक्षा पर "धर्म" का रंग चढ़ा हुआ है, इस झूठे और दुराचारी सिद्धान्त को फैलाने के लिए वैसी ही अपराधी हैं। उदाहरण के लिए, डेम मेरी शारलीब (Dame Mary Scharlieb M.D.) ने यहाँ तक लिखा था कि "स्त्रियों को ५० वर्ष की आयु में खूब अच्छी देख कर बहुत करुणा आती है। उन्हें मैथुन में उतनी ही रुचि होती है जितनी कि एक नववधू को हो सकती है।" (Change of Life—Its Difficulties and Dangers, by Dr. Mary Scharlieb, Scientific Press, Ltd.[no date) see page 35.) मैंने इस पुस्तिका का नाम इस की लेखिका के साथ केवल

के लिए उस की अनुमति हो।" तो भी अनेक धर्म्म-ध्वजी पादरी साफ कहते हैं कि "सन्तान उत्पन्न करने के लिए ही समागम" की आज्ञा है।

जहाँ तक मुझे पता है आज तक कोई धर्म्म इतना मूर्ख नहीं हुआ जिसने इस घोर मिथ्या वर्णन को ऐसे प्रामाणिक रूप से कहा हो, परन्तु इस समय कुछ उच्च पदाधिकारी निस्सन्देह इसे प्रोत्साहित कर रहे हैं। उदाहरणार्थ, साऊथवार्क के बिशप ने नैशनल बर्थ रेट कमिशन के सामने गवाही देते हुए सन् १९१५ में कहा था—"मैं इस मत को कभी नहीं बदल सका कि सन्तानोत्पत्ति की इच्छा और उद्देश्य के लिए ही स्त्री और पुरुष का समागम ठीक है।" जब उस से प्रश्न किया गया—"क्या सन्तानोत्पत्ति की सम्भावना के बाद यह ज़रूर बन्द कर देना चाहिए? सन्तान पैदा करने की प्राकृतिक अवधि के बाद क्या यह ज़रूर बन्द हो जाना चाहिए? तब उसने उत्तर दिया—"मेरा ऐसा ही मत है। मैं समझता हूँ कि यदि आप दूसरे प्रयोजनों के लिए द्वार खोल देंगे, तो सारा स्थान थोड़ा थोड़ा करके ज़रूर आप के हाथसे निकल जायगा।" और कमिशन के प्रधान को उसने उत्तर दिया—"मेरा मत है कि यदि आप इस भावना को ढीला कर देंगे कि सन्तानोत्पत्ति के सिवा समागम का और भी कोई उद्देश है, तो मुझे ऐसा प्रतीत होता है कि आप स्त्री और पुरुष के बीच समागम की सारी भावना को नीचा होने के लिए रास्ता खोल देंगे, और खुद मैथुन की सारी भावना को गिरा देंगे।" (Report and Evidence of the National Birth-Rate Commission, London. 1917 pp. 438-9)। देखिए, नीचा करने पर वह कितना दृढ

करता है। इस में कितनी भ्रान्ति और संकुचित भावना है, यह भी नोट कीजिए। फिर इस का मिलान उस से कीजिए जो कि मैं सच्चे दाम्पत्य-जीवन और स्त्री-पुरुष-सम्बन्ध को उसके प्रति शुद्ध वैज्ञानिक और आदर्श भाव के द्वारा ऊँचा करने के सम्बन्ध में कहने को हूँ।

मासिक धर्म्म सदा के लिए बन्द हो जाने के बाद, जब समागम से सन्तानोत्पत्ति नहीं हो सकती, मैथुन करना बिलकुल बन्द कर देना चाहिए—ऐसा समझना धर्म्म-पण्डितों के उपर्युक्त संकुचित भाव का ही परिणाम है। परन्तु ऐसी भावना का आधार झूठी शिक्षा है। इन लोगों को न तो समागम के तर्कसंगत मूल का ज्ञान है, न स्त्री और पुरुष की शारीरिक आवश्यकताओं का पता है, और न सच्ची समागम-क्रिया से जीवन में होने वाले लाभों और अच्छाइओं की खबर है।

कई पुरानी डाक्टरनियाँ, जिन की शरीर-शास्त्र की शिक्षा पर "धर्म" का रंग चढ़ा हुआ है, इस झूठे और दुराचारी सिद्धान्त को फैलाने के लिए वैसी ही अपराधी हैं। उदाहरण के लिए, डेम मेरी शारलीब (Dame Mary Scharlieb M.D.) ने यहाँ तक लिखा था कि "स्त्रियों को ५० वर्ष की आयु में खूब अच्छी देख कर बहुत करुणा आती है। उन्हें मैथुन में उतनी ही रुचि होती है जितनी कि एक नववधू को हो सकती है।" (Change of Life—Its Difficulties and Dangers, by Dr. Mary Scharlieb, Scientific Press, Ltd.[no date) see page 35.) मैंने इस पुस्तिका का नाम इस की लेखिका के साथ केवल

ाय करने के लिए लिया है। मैं इस के उपयोग की सिफारिश लकुल नहीं कर रही, क्योंकि इस की साधारण स्वास्थ्य-रक्षा-म्बन्धी बातें भी लगभग उतनी ही अपथ्य हैं जितनी कि इस की ाम-शास्त्र की शिक्षा। उदाहरण के लिए, इस की यह बात पढ़ कर ड़ा अचम्भा होता है कि "बहुत सी स्त्रियों को किसी तकलीफ न ने और पूरा असर करने वाली रेचक दवाई की ज़रूरत होती है," द्यपि उसे यह शिक्षा देनी चाहिए थी कि बचपन से लेकर छली उम्र तक किसी भी तन्दुरुस्त व्यक्ति को कभी दस्त लाने ाली दवाई का सेवन नहीं करना चाहिए, क्योंकि रेचक औषधि ा प्रयोग यह सिद्ध करता है कि मनुष्य आत्म-निर्वाह के अयोग्य और भोजन का उस को कुछ ज्ञान नहीं।

फिर कई ऐसे डाक्टर भी हैं जिन का दृष्टि-कोण पुरानी "पुरुष की प्रधानता" का है। वे स्त्री के अस्तित्व का स्पष्ट तिरस्कार रते हैं और उसे केवल एक मादा जानवर ही मानते हैं। इस का वलन्त दृष्टान्त वीनस नगर के स्त्री-रोग-चिकित्सक, डाक्टर बौर, ी "वुमन" नामक रचना में मिलता है। इस पुस्तक में जगह तगह स्त्री का तिरस्कार-पूर्ण उपहास किया गया है। उस का आधार नीच मन की कचाइयाँ हैं। वह वीनिङ्गर के इस वचन के ाथ सहमत होकर अन्त में कहता है—"स्त्री केवल विषय-भोग की चीज़ है।" इस लिए, डाक्टर बौर की दृष्टि में, केवल तरुणी और नमोहिनी स्त्री का ही अस्तित्व है—बाकी, "बूढ़ी खूसटें," कारीगर स्त्रियाँ, समाज-सेविकाएँ, घर बनाने वाली और चतुर वृद्धा स्त्रियाँ— वे सब जिन के जीवन विचारशीलता, कार्य और आध्यात्मिक तथा मानसिक मनोहरता को प्रकट करते हैं, किसी गिनती में नहीं। उस

के मन में स्त्री का आयु और अनुभव के लिए कोई संमान का भाव नहीं, क्योंकि वह कहता है, "बूढ़ी स्त्री का मन उसके चेहरे के समान ही अमनोहर होता है।" इस प्रकार के पुरुष उस स्त्री के मधुर, चतुर और प्रेममय चेहरे में बाँका सौन्दर्य देखने में असमर्थ हैं, जो दुलहिन, भार्या, और माता रह चुकी है, जिस ने अपने बच्चों को छातियों से दूध पिलाया है, उनसे प्रेम किया है, उन की सेवा का है, उन की आत्मा और शरीर को एक साथ सधा कर उन को सुन्दर और विजयी जवान बनाया है, और जो अपने पति के साथ प्रेम से रहती हुई आध्यात्मिक और शारीरिक परिपकता के शान्त मधुर विवेक को प्राप्त हुई हैं।

नीच प्रकृति के जड़मति लोगों की सम्मतियों का कुछ भी मूल्य न होता यदि ये लोग इतनी देर से लेखों और वक्तृताओं द्वारा शोर न मचा रहे होते। इन्होंने अपने प्रचार से सामाजिक दृष्टिकोण को बहुत गिरा दिया है! यह सच हैं कि डाक्टरों में इन की संख्या बहुत थोड़ी है, परन्तु दुर्भाग्य से बुद्धिमान लोगों ने इस सम्बन्ध में इतना थोड़ा लिखा है कि उस से डाक्टर बौर जैसे लोगों की लिखी हुई विपुल ग्रंथावली का संस्कार दूर नहीं होता। स्त्री-रोग-चिकित्सक होने के कारण डाक्टर बौर की सरकारी स्थिति से उसकी निरर्थक बात भी प्रामाणिक मान ली जाती है।

अब सदा के लिए मासिक धर्म्म के बन्द हो जाने के समय ऐसे मनुष्य से स्त्रियाँ बहुत कम सहायता और आराम की आशा कर सकती हैं। वह कहता है—"स्त्री में समागम की तीव्र शक्ति की अवधि परिमित है। यह मासिक धर्म्म का आरम्भ होने से ले कर उस के सदा के लिए बन्द हो जाने तक है। स्त्रियाँ भली भाँति

जानती हैं कि इसके बाद उन के स्त्री-पुरुष-धर्म-सम्बन्धी जीवन का अन्त हो जाता है······परन्तु यह ज़रूरी नहीं कि मासिक धर्म्म की अन्तिम समाप्ति के साथ स्त्री की काम-वासनाओं की भी समाप्ति हो जाय। इसके विपरीत !······उस की काम-वासना में और भी वृद्धि प्रकट हो सकती है।······स्त्री मासिक धर्म्म के सदा के लिए बन्द हो जाने के आशय और इसके क्रूर परिणामों को खूब समझती है······कि अब वह पुरुषों को आकर्षित नहीं कर सकेगी।" बाकी के प्रसङ्ग का आशय यह है कि जब स्त्री में पुरुषों को आकर्षित करने की शक्ति नहीं रहती तो इस के साथ उस का जीवन भी समाप्त हो जाता है। इस समय के बाद जीती रहने वाली स्त्री का शरीर पृथ्वी पर भार मात्र होता है।

चट दो प्रश्न उत्पन्न होते हैं—"क्या मासिक धर्म्म के सदा के लिए बन्द हो जाने के साथ स्त्री की मैथुन-सम्बन्धी मनोहरता का अन्त हो जाता है ?" निश्चय ही इस का उत्तर है—नहीं। कई एक जब लड़कियाँ होती हैं तब भी उन में पुरुष के लिए कोई आकर्षण नहीं होता; और कइयों में यह आकर्षण कभी नष्ट नहीं होता। भार्या, माता—बल्कि दादी बन जाने पर भी स्त्री में पुरुषों को आकर्षण करने की इच्छा क्यों हो ? क्या उस का अपना प्यारा पति उसको उदास न बैठने देने के लिए काफ़ी नहीं ? जैसा कि मैं पहले ही बता चुकी हूँ, यदि विवाह की विधि ठीक रीति से पूरी की जाय, तो वह और उसका प्रेमी पति एक दूसरे के लिए सब कुछ होंगे, उन को किसी दूसरे की ज़रूरत न होगी। वे दो शरीर एक आत्मा होंगे। उन में इतना गहरा प्रेम होगा जितना कि विवाह के आरम्भिक काल में भी न था। जिस प्रकार बचपन के साथ ही बच्चे में चंच-

रुओं के साथ खेलने की चाह का अन्त हो जाता है, उसी प्रकार पुरुषों के मन को फुर्ती से खेंचने की अवस्था भी बीत जाती है। दोनों में से प्रत्येक अपने उद्देश्य को पूरा कर चुका है और उन्नति करके एक बड़ी चीज़ बन चुका है। स्वतंत्र कुमारिका अमर प्रेम के स्थायी समागम का एक भाग बन गई है। इस ने सामाजिक प्रजा रूपी तन्तु की एक दृढ़, दुगनी शक्ति वाली एकाई—एक घर बनाने वाला, तुला हुआ, सन्तुष्ट जोड़ा बना दिया है। स्त्री का मासिक धर्म सदा के लिए बंद हो जाने के बाद क्या इस जोड़े के लिए पारस्परिक संयोग के आनन्द और विश्वास का अन्त हो जाय? बकवास! बिलकुल नहीं। पाखंडी धर्म्म-पण्डित, या मैले मन वाले लंपट वैद्य के और उनके पथभ्रष्ट भोंदुओं के सिवा और कोई ऐसा नहीं समझ सकता। इन व्यवसायों में ऐसे अपवाद इन में लोगों के विश्वास को बहुत खोखला कर देते हैं। दोनों व्यवसायों के निर्मल विचारकों को चाहिए कि इस से खुल्लम खुल्ला इङ्कार कर दें।

डाक्टर बौर के अनुगमों को रोकने के लिए, मैं नैमित्तिक रूप से एक उदाहरण भी उपस्थित करती हूँ। पिछली पीढ़ी की ऊँची सोसाइटी की विख्यात, सुन्दर परन्तु दुष्ट स्त्रियों में से एक अपने उच्च श्रेणी के उपपतियों में विशेष रूप से सर्वप्रिय थी, क्योंकि उसका मासिक धर्म सदा के लिए बंद होचुका था, और इस लिए वह दूसरी स्त्रियों की अपेक्षा, जिन के गर्भवती हो जाने की संभावना थी, पर-पुरुषों से अधिक निषिद्ध समागम कर सकती थी। मेरे पिता उसे मिले थे। उस समय वह चढ़ी हुई उम्र की थी। वे उस की प्रशंसा करते हुए मुझे बताते थे कि पुरुष अपने क्लबों में बातें किया करते थे कि इस स्त्री का मासिक धर्म २७ वर्ष की आयु में ही बंद होगया

था। इस से उस में वह "पुरुषों के मन को हर लेने की शक्ति" सारी पीढ़ी के लिए बराबर बनी रही जिस के संबंध में डाक्टर बौर कहता है कि वह मासिक धर्म्म के सदा के लिए बंद हो जाने के बाद नष्ट हो जाती है।

यदि मनुष्य अपने मित्रों का विश्वास-पात्र हो और वे उसे अपनी गुप्त बातें बताने में संकोच न करें तो उसे मालूम हो जायगा कि विभिन्न अनुभव का उपजाऊ जीवन, तीव्र बौद्धिक रुचियाँ और जवानी की प्रसन्नता का भाव जो आज मनुष्य-समाज में फैल रहा है, इन सब की पराकाष्ठा स्त्रियों और पुरुषों के एक दूसरे के प्रति स्थायी आकर्षण में होती है। स्त्री के जीवन रूपी सागर में मासिक धर्म-संबंधी ज्वार भाटे की छोटी छोटी परन्तु बार बार उठने वाली लहरों का तो कहना ही क्या, कौमार्य-भङ्ग (Defloration), गर्भ और बच्चा पैदा होने जैसे विविध काम-वासना-संबंधी महत्व-पूर्ण अवसरों की ऊँची तरङ्गों को भी यह आकर्षण वीरता से चीरता हुआ, मासिक धर्म्म के सदा के लिए बंद हो जाने रूपी समुद्र में से घर रूपी स्थल के किनारों के अपेक्षाकृत शान्त, दृढ़ और उज्ज्वल सागर में पहुँच जाता है, यहाँ तक कि वे बंदर में, अविनाशी प्रेम की सुरक्षित गोद में, लंगर डाल देते हैं।

डाक्टर बौर के अधम भाव के साथ अमेरिका के प्रसिद्ध मनोविज्ञानी प्रोफेसर जी० स्टेनले हॉल के उदार विचारों का मुकाबला कीजिए। प्रोफेसर हॉल कहते हैं—"इसी प्रकार और केवल इसी प्रकार ही पुरुष अपनी अनेक पत्नियाँ करने की सहज बुद्धि से छुटकारा पा सकता है, इस बात का अनुभव करके कि वह किसी नीची सतह पर विषय-वासना का तृप्ति करता रहा है, और

सच्चा पवित्र आनन्द कितना अधिक उच्च और महान हो सकता है··· जो पत्नियाँ अपने को संयम में रख सकतीं और बुद्धिमता से अपने दूल्हा के साथ इस प्रकार कभी कभी समागम करती हैं कि उनको इन कभी कभी किए जाने वाले समागमों में उतना आनन्द प्राप्त होता है जितना बार बार के मैथुन में कभी नहीं हो सकता, उनकी मनोहरता महान् लक्ष्य के निकट पहुँच रही है और विवाहित जीवन को अपेक्षाकृत बड़ा रास्ता दे रही है। संसार को एक बार फिर प्रौढ़ा स्त्रियों (matrons) के विवेक, और अफलातून की बुद्धिमती स्वस्थ स्त्रियों की कितनी आवश्यकता है ! इनकी आवश्यकता का अनुभव तो बहुत देर से हो रहा है, परन्तु कभी कभी इन्हें अज्ञान से अद्भुत वरन् डाकिन-सदृश बताकर कलङ्कित किया जाता है।" (*Morale, The Supreme Standard of Life and Conduct*" 1920,, Appleton and Co.) फ़नॉट ने इससे भी पहले जनता को एक और भी अधिक सुन्दर विचार दिया है। वह कहता है—"अपनी मनोहरता को बनाए रखने के लिए यह आवश्यक है कि सब से पहले स्त्री में कार्य और आचरण की योग्यता हो। उस के रहने के स्थान की खिड़कियाँ खोल दीजिए और जीवन की गूँज को भीतर प्रवेश करने दीजिए।···तब समय से पूर्व जीवन से छीन लिए गये अध-मुए प्राणी के स्थान में हमें हृदय और तर्क का एक जीव मिलेगा···समय से पहले ही बूढ़ी हो जाने वाली स्त्री की कुरूपता के स्थान में असंदिग्ध सद्गुणों वाला प्राणी होगा जो हमारे जीवन को प्रसन्न करेगा और सजायगा······आइए उस पुरुष के दुहरे अवपात पर विचार करें जो अपने जीवन में एक निर्णायक परिवर्तन-विन्दु पर पहुँच

कर भी चित्तविकारों की आवश्यकता से क्षुब्ध होता है। वह इनको ढूँढता है और समझता है कि ये उसे जवानी के विषाक्त झरनों में मिलते हैं। यह जवानी—तरुणी नारी—बूढ़े पुरुष के संसर्ग से अपने को गिराती और उस बूढ़े को मौत के मुख में ढकेलती है। परन्तु यहाँ स्त्री की एक नवीन गुप्त वाटिका उसे पेश की जाती है। वह उसके दर्शन करेगा जिसको उसने पहले कभी नहीं देखा। वह नए सौंदर्य से सुन्दर बनी होगी, और आध्यात्मिक जीवन की दौलत को प्रकट करेगी।"

सच्ची बात तो यह है कि स्त्रियों की एक बहुत बड़ी संख्या को, मासिक धर्म्म के सदा के लिए बन्द हो जाने के बाद, जीवन में पहली बार आप से आप और प्रसन्नता के साथ समागम का आनन्द आना शुरू होता है। मैं एक ६० वर्ष की स्त्री को जानती हूँ जिसे इस उम्र में पहली बार समागम का आनन्द आना आरम्भ हुआ है। तब वह जीवट से भरपूर, मनोहर और सानन्द थी, और उस आयु के बाद उसके पति का उस में अनुराग और प्रमोद बढ़ गया था।

यह स्त्री बिलकुल असाधारण नहीं; बाकी भी उस जैसी हैं, यद्यपि दुर्भाग्य से मैथुन की स्वाभाविक शरीर-शास्त्र-सम्बन्धी क्रिया की सच्ची सिद्धि और आनन्द की प्राप्ति के लिए इतनी देर प्रतीक्षा करनी पड़ी। कई स्त्रियाँ ऐसी भी हैं जिन्हों ने अपनी जवानी और प्रौढ़ अवस्था में समागम का कम आनन्द लिया है। इन को, मासिक धर्म की चिन्ता से मुक्त हो जाने के बाद, जिस से प्राणशक्ति कुछ न कुछ घट जाती है, लाभ होता है, क्योंकि इस समय शरीर की नैसर्गिक प्राण-शक्ति नष्ट होने के स्थान में

संचित होने लगती है। इन को अब मैथुन से अभूतपूर्व सच्चा लाभ और आप से आप आनन्द मिलने लगता है। जिन स्त्रियों ने विचार-पूर्वक अपने आप को देखा है और जिन पर विश्वास होने के कारण दूसरी स्त्रियाँ अपनी गुप्त बातें बता देती हैं, उन्होंने मुझे विश्वास दिलाया है कि मासिक धर्म्म के सदा के लिए बन्द हो जाने के बाद, काम-वासना तथा समागमों में आनन्द देने और आनन्द लेने का सामर्थ्य घटने के स्थान में सामान्यतः बढ़ जाता है। यह कहना असम्भव है कि किस आयु में मैथुन से नैसर्गिक स्वतः लाभ और आनन्द का मिलना बन्द हो जाता है। यह बात लिखी हुई मिलती है कि एक ८० वर्ष की बुढ़िया से जब पूछा गया कि किस समय स्त्री को अपने पति के साथ मैथुन में आनन्द आना बंद हो जाता है तो उसने उत्तर दिया—"मुझ से बड़ी किसी दूसरी स्त्री से पूछिए; अभी तक मुझे इस का पता नहीं।"

डाक्टर हेवेलाक एलिस अपने प्रसिद्ध छः खण्डों में छपे ग्रन्थ, साईकालोजी आव सेक्स, में कहते हैं कि मासिक धर्म के सदा के लिए बंद हो जाने के बाद स्त्रियों में कामवासना के आवेग के बने रहने के सम्बन्ध में बहुत थोड़े नियमित पर्यवेक्षण जान पड़ते हैं। किस्च और लोवनफ़ल्ड इस को खासी बार बार होने वाली घटना मानते हैं। अमरीका में ब्लूम ने एक ७९ वर्ष की स्त्री की बात लिखी है। उस के मासिक धर्म्म को सदा के लिए बन्द हुए बीस वर्ष हो चुके थे। उस बुढ़िया ने कहा कि मुझ में काम-वासना और आनन्द दोनों उतने ही बल्कि उस से भी [illegible] जितने कि मासिक धर्म्म के बन्द होने के पहले थे।

डाक्टर मेक्सवल-टॅलिङ्ग ने मुझे बताया है कि वह इस

के साथ पूरी तरह सहमत है। वह कहता है—"इस विषय की मैं कई वर्ष से खोज कर रहा हूँ, और प्रत्यक्ष पूछने पर जिस बात का पता लगा है उस से मैं बिलकुल सन्तुष्ट हूँ। जो भी हो, काम-वासना बहुत ही धीरे धीरे घटती है और आनन्द तो इस से भी कम।"

मेरे अपने ही एक बीमार ने इस प्रश्न को एक दूसरे रूप में उठाया है। श्रीमती ए० कहती है—"मैं एक विधवा हूँ। मेरे बड़े बड़े बाल-बच्चे हैं। मेरे पति का देहान्त हुए थोड़े वर्ष हुए हैं। तब से मुझे बहुधा तीव्र कामवासना सताया करती है। मैं हैरान हूँ कि इस उम्र (६६ वर्ष) में इस वासना को प्रोत्साहित करना या दवा देना चाहिए........या आप मुझे कोई ऐसी दवाई बताइए जिस के सेवन से ऐसे समयों में मुझे थोड़ी सी तृप्ति हो जाया करे। मैं इस संबंध में अपने निजी डाक्टर से सलाह लेना नहीं चाहती।"

एक बूढ़ी स्त्री को समागम में आनन्द आने की भावना कुछ सामान्य लोगों को हास्यजनक और घिनौनी जान पड़ेगी, क्योंकि वे इसे केवल एक कच्ची शारीरिक क्रिया ही समझते हैं। परन्तु यदि रमेश और सुधा, उम्र भर इकट्ठे रह कर, अपनी मानसिक और आध्यात्मिक आवश्यकताओं को मिलाते हुए, अब भी समागमों में हर्ष और पारस्परिक आनन्द लाभ करते हैं, तो निस्सन्देह यह एक सुन्दर बात है।

दूसरी बात जिस के संबंध में लोग जानकारी प्राप्त करना चाहते हैं वह यह है कि मासिक धर्म्म को सदा के लिए बंद हो जाने में कितनी उम्र लगती है। मैंने मासिक धर्म के सदा के लिए बंद होजाने के संबंध में बहुत कुछ पढ़ा है। मैं असंख्य विद्वत्तापूर्ण

घोषणाएँ, स्त्रियों के लिए लिखी हुई लोकप्रिय पुस्तक और पुस्तिकाएँ देख चुकी हूँ। इन में से किसी में भी तन्दुरुस्त और ठीक स्त्रियों ने जिस बात को जाना और अनुभव किया है उस का सीधा और नया वर्णन नहीं, परन्तु इसी नवीन प्रमाण को जानने की मनुष्य अभिलाषा रखता है। मैं अपने व्यक्तिगत अनुभव से तो कुछ नहीं कह सकती, परन्तु मैं सच्चे मामलों के नए लिखे हुए वर्णन दे सकती हूँ। ये बहुमूल्य सिद्ध होंगे। मैंने गुप्त रूप से एक प्रश्नावली तैयार की थी। उस के उत्तर में एकान्त में जो कुछ मुझे बताया गया है वह मैं आगे देती हूँ:—

श्रीमती अ. ब.—"मासिक धर्म के सदा के लिए बंद हो जाने की गड़बड़ ४२ वर्ष की आयु में आरम्भ हुई, और ५५ वें वर्ष तक पूरे तौर से समाप्त नहीं हुई। कामवासना सारा समय बनी रही। इस काल के बाद यदि अज्ञानता न होती तो समागम में प्रसन्नता पहले जितनी वरन् उस से भी अधिक होती। हाँ बाद को कामवासना में उबाल आने के नियमित अन्तरों पर, पहले ही की तरह, आप से आप काम-वासना जागती थी। काम-वासना के ये रूप पहले से भी अधिक देर तक जारी रहते थे। और अवधि की समाप्ति पर ही चैन पड़ता था। हम समझते थे, मासिक धर्म सदा के लिए बंद होने के बाद मैथुन करना भूल और मूर्खता है। इसलिए हम ने बड़ी हानि उठाई।"

श्रीमती ए० फ०—"मासिक धर्म सदा के लिए बंद हो जाने का बखेड़ा ४३ वर्ष की आयु में आरम्भ हुआ और पाँच वर्ष तक जारी रहा। इस काल में काम-वासना बंद नहीं हुई। बाद संभवतः समागम में अधिक आनन्द आने लगा।

उफान आने के कोई ।नयमित दौरे नहीं देखे गये । काम-वासना प्रायः दबी रहती थी, परन्तु भड़क उठने और उत्तर देने के लिए तैयार थी। मेरे पति को कोई विचार न था कि मासिक धर्म के सदा के लिए बंद हो जाने के बाद काम-वासना फिर लौट आयगी। उसे आशा थी कि यह बिलकुल बंद हो जायगी। उसे संदेह था कि इसे बुलाना चाहिए या सन्तुष्ट करना चाहिए। पहले की अपेक्षा कुछ कम बार सुखी समागम हुए, शायद सप्ताह में एक बार और कभी कभा ज़ियादा कसरत से और कभी कम। समागम में पहले से भी गहरा आनन्द और स्वतंत्रता मालूम होती थी, क्योंकि गर्भ होने का कोई विचार ही नहीं था। वर्षों तक रोकने, सावधानी करने, और वीर्यपात से पहले ही लिङ्ग को योनि से बाहर निकाल लेने आदि के बाद अब परिणाम से बिलकुल निडर हो कर समागम करने का समय आया। फलतः मैथुन बे रोक-टोक होता था और उस में अधिक आनन्द आता था। इस मैथुन से गर्भ आदि कुछ नहीं होगा, इस भावना से बड़ा चैन मिलता था और प्रसन्नता बढ़ जाती थी। ”

एक तन्दुरुस्त, अविवाहित स्त्री, कुमारी एक्स० ने उत्तर दिया:—“मासिक धर्म के सदा के लिए वंद हो जाने की व्याकुलता ४९ और ५४ वर्ष की आयु के बीच; तब यह काल समाप्त हो गया; बेचैनी दो और तीन वर्ष के बीच अधिक रही। मासिक धर्म के सदा के लिए वंद होने के दिनों में, जहाँ तक मुझे याद है, काम-वासना का लोप नहीं हुआ। “परिवर्तन” की अवधि में यह निश्चय ही अधिक भड़कती थी, जिस से दवाने और समझ न होने के कारण उदासी पैदा होती थी। आप से आप होने वाली

वासना सदा सोई रहती थी, परन्तु विशेष अन्तरों पर आप से आप जाग उठती थी और पहले से भी अधिक जान-बूझ कर जागती थी।"

ये अचानक चुने हुए मामले उस स्त्रीरोग-चिकित्सक की "विद्वत्तापूर्ण" घोषणा का खण्डन करते हैं जिस ने कहा था— "मासिक धर्म्म के सदा के लए बंद हो जाने के "वर्ष" कहने का रिवाज है, परन्तु "वर्ष" क्यों यह बात स्पष्ट नहीं।.......... यह क्रिया कई वर्ष नहीं ले सकती। अधिक से अधिक यह कोई दस मास की वात है।" (डाक्टर बौर, Women-Engl.transl. 1926) हो सकता है कि यह बात बहुधा सत्य हो, पर यह निश्चित है कि मासिक धर्म को सदा के लिए बंद होने में सामान्यत: अधिक देर भी लगती है, जैसा कि ऊपर के अचानक चुने हुए नमूने के मामलों में हुआ। ये प्रकट करते हैं कि प्रत्येक ने मासिक धर्म के स्थायी रूप से बंद हो जाने के बखेड़ों में से गुज़रने के लिए कई वर्ष लिए। अधिक दिलचस्पी की बात यह है कि तीनों ही स्त्रियों ने इस सारे समय में और मासिक धर्म्म के स्थायी रूप से बंद हो जाने के बाद भी काम-वासना के जारी रहने की साक्षी दी है। यद्यपि मेरे पास ऐसी बहुत सी स्त्रियों की साक्षी है जिन को इस समय कुछ देर के लिए मैथुन से घिन हो जाती है, तो भी मैं समझती हूँ कि अधिकांश ठीक तन्दुरुस्त स्त्रियों के संबंध में यह बात निश्चित रूप से सत्य है कि मासिक धर्म्म के स्थायी रूप से बंद हो जाने के बाद मैथुन करने का सामर्थ्य, समागम से प्राप्त होने वाला आनन्द और लाभ सब बने रहते या बढ़ जाते हैं। यदि सब कोई इस को समझ ले, इस का संमान करे, और इस को उपयोग में लाये,

तो पक्की उम्र के विवाहित जोड़ों का जीवन कितना अधिक मनोहर, हर्षपूर्ण, और स्थिर हो जाय! मैं ऐसे पुरुषों को जानती हूँ जो केवल इसी एक भावना के कारण वेश्यागामी बन गए हैं कि मासिक धर्म के स्थायी रूप से बंद हो जाने के बाद अपनी पत्नियों के साथ समागम बिलकुल नहीं होना चाहिए। जिन लोगों को जानने का सुभीता है वे सब जानते हैं कि वेश्याओं के सब से अधिक पोषक वे विवाहित पुरुष हैं जिनकी पत्नियाँ ४५ से ऊपर हैं। जीते पतियों वाली स्त्रियों के दबाए हुए, हतोत्सहित और व्यर्थ उदास जीवनों की संख्या, जो विधवाओं से भी अधिक वंचित हैं, प्रत्येक युग में लाखों तक पहुँचती है। इस का कारण है अज्ञानी धर्म्म-पण्डितों की झूठी शिक्षा जो मासिक धर्म्म के स्थायी रूप से बंद हो जाने के काल में होने वाला कुछ दुखी स्त्रियों के मन की व्याकुल अवस्था के साथ इत्तिफाक़ से मिल गई है। सचमुच संसार में अनावश्यक शोक और अस्वस्थता की इतनी बड़ी राशि को देख कर मुझे मनुष्य-समाज पर रोना आता है। उस से बढ़ कर, चाहे वह अध्यापक हो और चाहे धर्म्म प्रचारक, कलंक का कौन पात्र है, जिस ने आपस में प्रेम रखने वाले विवाहित जोड़ों में स्वाभाविक और आप से आप होने वाले प्रणय-प्रकाश में हाथ डाला और रुकावट पैदा की, और अपने इस दुष्कर्म से असंख्य और अचिन्तित स्थानों में विपत्ति का बीज बोया?

स्त्री में इतनी छोटी आयु में भी स्थायी रूप से मासिक धर्म्म बंद हो सकता है कि उस के बाद ही उन के विवाहित जीवन का अधिकांश व्यतीत हो। कई स्त्रियों में ३५ ही वर्ष की आयु में मासिक धर्म्म स्थायी रूप से बंद होता देखा गया है। मैं समझती

हूँ, हमारी दादियों का मासिक धर्म्म आज कल की अपेक्षा छोटी आयु में स्थायी रूप से बंद हो जाता था। औसत उम्र ४५ के बाद और ५५ के पहले जान पड़ती है। जहाँ स्त्री में जीवनी-शक्ति बहुत प्रबल हो, स्वास्थ्य अच्छा हो, शरीर की गठन में कोई दोष न हो, तो वह सत्तावन अट्ठावन वर्ष की आयु तक भी इस की आशा नहीं कर सकती। मैं समझती हूँ कि जिस 'देर से परिपक्वता को प्राप्त होने वाले नमूने' को मैंने पकड़ पाया है, और जिस का वर्णन मैंने "रेडियएट मदरहुड" नामक पुस्तक में किया है, उस में दूसरी स्त्रियों की अपेक्षा देर से मासिक धर्म्म सदा के लिए बंद होता है। इस नमूने की दो स्त्रियों को मैं जानती हूँ। उन में ६० के निकट पहुँच कर मासिक धर्म्म पूरी तरह से बंद हुआ था। मासिक धर्म्म के स्थायी रूप से बंद होने की क्रिया चाहे किसी भी समय में हो, उस के कुछ रूप ऐसे हैं जो प्रायः सब कहीं पाए जाते हैं। इन लक्षणों को जानना पति और पत्नी दोनों के लिए उपयोगी होगा।

मुझ से बहुत बार एक बात के—मासिक धर्म्म के सदा के लिए बंद हो जाने के बाद अचानक गर्भवती हो जाने की जोखिम के—संबंध में राय माँगी जाती है। इस लिए मासिक धर्म्म के सदा के लिए बंद होने के बाहरी लक्षणों पर विचार करना उपयोगी होगा। शरीर-शास्त्र-संबंधी प्रधान लक्षण (पूर्ण रूप से स्वस्थ और ठीक स्त्री में दिखाई देने वाला एकमात्र लक्षण) यह है कि स्त्री का मासिक प्रवाह धीरे धीरे कम हो जाता है और तब शायद कुछ मास अनियमित रूप से आता है, और सदा के लिए बिलकुल बंद हो जाता है। इस क्रिया की रक्तस्राव (haemorrhage)

आदि कठिनाइयों का वर्णन, जिनका अनुभव कई स्त्रियों को होता है, मैं इस विषय को दूसरी पुस्तकों के लिए छोड़ती हूँ। मुझे विश्वास है, यदि उन में रक्त की कमी (anæmia) को रोकने और कमी को पूरा करने वाले मिश्रणों (Compounds) का सेवन करने की समझ हो तो इसकी कोई आवश्यकता नहीं।

प्राय: समझा जाता है कि स्त्रियों में "परिवर्तन" की बेचैनी की अवधि मासिक रजोदर्शन के बिलकुल बंद हो जाने के साथ ही समाप्त और पूरी हो जाती है। जब दो तीन मास तक रजो-दर्शन नहीं होता तो स्त्री प्राय: समझ लेती है कि अब वे सदा के लिए बंद हो गए हैं। यदि, जैसा कि इस अवस्था में बहुत अधिक संभव है, उस ने कुछ वर्ष पहले से निश्चय कर रखा है कि स्वयं बालक के या अपने वर्तमान परिवार के हित के लिए पिछली उम्र में बच्चा पैदा करना अच्छा नहीं, तो अधिक संभव यही है कि वह गर्भ न होने देने के लिए किसी गर्भ-निरोधक उपायों का प्रयोग करती रही है। जब मासिक अवधि बन्द हो जाती है तो वह गर्भ-निरोधक विधि का प्रयोग भी बंद कर देती है। अब मासिक धर्म्म के बंद होने के एक वर्ष वरन् दो वर्ष बाद भी, उसे अपने को गर्भवती पाकर बड़ा अचंभा होता है। वह दंग रह जाती है, शायद भयभीत हो जाती है और उसे "अस्वाभाविक" समझती है। अब ऐसे गर्भ की संभावना का कारण यह है कि ओवरियाँ (स्त्री के अण्डकोष) अभी तक तेज़ होती हैं, चाहे लाल रंग का मासिक स्राव, जो कि बाहरी निशान है और जो बहुसंख्यक लोगों की दृष्टि में स्त्री की काम-वासना के उफान का एक मात्र चिन्ह है, बंद हो चुका हो। परन्तु बाहरी और दिखाई देने वाला लक्षण ओव-

रियों के जीवन का केवल एक शरीर-शास्त्र-संबंधी सहकारी रूप है। इसका ओवरियों के साथ पारस्परिक संबंध है परन्तु यह उन के जीवन का सहज अंग नहीं। अण्डों के कोषाणु (egg-cells) ओवरियों में ही पैदा होते हैं। ये अण्ड-कोषाणु एक महीने एक ओवरी से और दूसरे महीने दूसरी ओवरी से निकलते हैं, और वहाँ से चल कर गर्भाशय में पहुँचते हैं। बाहर जाते समय वे हरे हो जाते (fertilised) अर्थात् पुरुष के शुक्रकीटाणु के साथ मिल कर गर्भ बनाते हैं। ये अंडे गाढ़े रस (Jelly) के अति सूक्ष्म वर्णहीन अदृश्य निशान हैं। ये ओवरी से बाहर निकल कर नष्ट हो जाते हैं, और स्त्री को इस बात का ज्ञान तक नहीं होता।

स्त्री के जीवन के अधिकांश में यह क्रिया होती रहती है— ओवरियों की इस क्रिया के साथ रंगीन रज का प्रवाह जारी होता है। ओवरियों में जो कुछ हो रहा है रजोदर्शन उस का बाहरी चिन्ह है, परन्तु इस का होना ज़रूरी नहीं। रजोदर्शन होना बिलकुल बंद हो चुकने के बाद एक या दो वर्ष तक (मैं निश्चय से तो नहीं कह सकती परन्तु मैं समझती हूँ कि अधिक से अधिक तीन वर्ष तक उर्वरता रहती है) हो सकता है कि ओवरियाँ वर्णहीन अण्डकोषाणु (स्त्री के महीन अंड) बाहर निकालती रहें। इन अंडों में गर्भ बनाने की शक्ति रहती है। इस लिए हो सकता है कि ये भ्रूण बना दें और बिलकुल पूरा बालक पैदा हो जाय।

इस लिए प्रत्येक ऐसी स्त्री को, जिसका स्वास्थ्य या अवस्थाएँ ऐसी हैं जिन से पिछली उम्र में बच्चा पैदा होने से भारी दुःख होने का डर है, मेरा उपदेश यह है कि वह मासिक धर्म्म के सदा के लिए बन्द हो

जाने के बाद भी पूरे तीन वर्ष तक किसी ऐसे गर्भ-निरोधकारी उपाय का प्रयोग करती रहे जिसे वह पहले भी काम में लाती रही है।

दूसरी तरफ, जो स्त्रियाँ बच्चे के लिए तरस रही हैं और जिन को आज तक कभी गर्भ हुआ ही नहीं, उनको इस से कुछ आशा और प्रोत्साहन मिलता है। उदाहरणार्थ, श्रीमती टा० जिसने बहुत देर से विवाह किया था और जिसे कामवासना बहुत कम सताती थी, मासिक धर्म्म के सदा के लिए बन्द होने के ठीक बाद तक सन्तान- हीन थी, परन्तु रजोदर्शन होना बन्द होते ही उसे एकदम गर्भ रह गया और बच्चा पैदा हुआ। ऐसा जान पड़ता है मानों मासिक धर्म्म के सदा के लिए बन्द हो जाने के ठीक बाद कुछ मास, एक वर्ष या दो वर्ष तक प्रकृति की ओर से गर्भ ठहराने का अन्तिम यत्न होता है।

पतियों को भी यहाँ उपदेश का एक वाक्य कह देना अप्रासंगिक न होगा।

मुझे अनेक ऐसे मामलों का ज्ञान है जिन में मासिक धर्म्म के स्थायी रूप से बन्द होने के दिनों में या इस "परिवर्तन" के शुरू में ही स्त्री में कई थोड़ी बहुत नैसर्गिक प्रतिक्रियाएँ हुई हैं—वे प्रतिक्रियाएँ जो मैं समझती हूँ कभी प्रकट न होतीं यदि स्त्री का समागम-सम्बन्धी जीवन बिलकुल ठीक और पूरी तरह से सुखी रहा होता, और यदि उसका स्वास्थ्य बिलकुल पूर्ण होता। ये प्रतिक्रियाएँ प्रचलित संसार की व्यापक अपूर्णताओं के कारण ही पैदा होती हैं। कभी कभी कुछ काल के लिए (यह काल चाहे कुछ मास हो, या वर्ष या वर्ष से कुछ अधिक हो) स्त्री मैथुन से हार्दि

हुई तथा थोड़ी थका हुई होती है, और समागम के लिए अरुचि अनुभव करती है। होसकता है कि वह श्रीमती म० के सदृश, अपने पति से कहे कि मुझे "अकेली रहने दो"; अब विवाहित समागमों या 'दार-कर्म' की मुझ से आशा न रक्खो। बहुत थोड़े समझदार पुरुष ऐसे होंगे जो ऐसी प्रार्थना को स्वीकार न कर के दंगई और प्रजापीड़क मनुष्यों की तरह अनिच्छुक पत्नी पर टूट पड़ेंगे। वे अपनी अवस्थाओं और नमूने के अनुसार अधिक से अधिक जो कुछ हो सकता है करते हैं।

मुझे खेद से कहना पड़ता है कि श्रीमती म० के पति में काम-वासना इतनी प्रबल थी कि वह नियमित रूप से सप्ताह में दो बार वेश्या के पास जाता था, परन्तु मेरे दूसरे परिचित पुरुष अनुभव करते थे कि हम थोड़े बूढ़े होते जा रहे हैं और हमारी मैथुन की चाह दुर्बल होती जा रही है। तब उन्हों ने आत्म-संयम की किसी एक विधि से अपने को मैथुन के विना रहना सिखाया। परन्तु इस के बाद पत्नी के लिए कठिन समय आता है। कुछ मास, एक वर्ष, दो वर्ष या इस के भी बाद जब रजोदर्शन के स्थायी रूप से बन्द हो चुकने पर स्त्री में फिर साम्य आ जाता है, उसकी प्राण-शक्ति और संभाव्यताएँ (Potentialities) संचित हो जाती हैं तो वह एक बार फिर ठीक मैथुन-शक्ति रखने वाला प्राणी बन जाती है। तब उस में पति के साथ दुबारा वही पुराना पति-पत्नी-सम्बन्ध स्थापित करने को तीव्र लालसा उत्पन्न होती है जो कि उसकी अपनी ही प्रार्थना पर तोड़ दिया गया था।

इस सम्बन्ध में श्रीमती क० का मामला मुझे याद आ गया। उसकी शारीरिक दशा ने उस में एकाकी भाव पैदा

था और वह बड़े ज़ोर से हठपूर्वक कहती थी कि अब हमारी मैथुन करने की अवस्था का अन्त हो गया। वह कहती थी कि भविष्य में हमें अपने बढ़ते हुए बाल-बच्चों के केवल माता-पिता ही बना रहना पड़ेगा, हमारे लिए समागम करना सदा के लिए बंद हो गया। पति मान गया। परन्तु दो वर्ष बाद पत्नी बड़ी ही निराशा की दशा में मेरे पास आकर सलाह पूछने लगी कि मैं क्या उपाय करूँ जिससे मेरा पति मुझे फिर मिल जाय, जिस चीज़ की स्पष्ट रूप से आवश्यकता है और जो मैं अब स्वयं आप से आप और प्रसन्नता-पूर्वक देने को तरस रही हूँ वह मैं अब भी उसे दूँ। परन्तु इस बात को स्वीकार और स्पष्ट करते हुए उसे बड़ी लज्जा होती थी कि आज से दो वर्ष पहले बड़े ज़ोर से व्यवस्था देते समय उस ने अपने को तथा अपनी स्थिति को कितना ग़लत समझा था। किन्तु सौभाग्य से पति-पत्नी में बड़ा निष्कपट भाव था। पत्नी ने सब बात पति को साफ़ साफ़ कह दी। मैंने भी समर्थन कर दिया कि समागम से इस प्रकार की विरक्ति और फिर दुबारा काम-वासना की जागृति बिलकुल सामान्य बात है। तब कहीं दोनों को फिर से विवाहित सुख की स्थायी प्राप्ति हुई।

इस लिए जिन पतियों की पत्नियों का मासिक धर्म्म सदा के लिए बंद हो रहा है या होने वाला है उन्हें इस बात को समझना चाहिए कि हो सकता है कि उन की पत्नियों को इस अस्थायी अनिच्छा का अनुभव हो, और किसी समय वे इस अनिच्छा को बड़े ज़ोर से प्रकट करें। उस समय उन्हें स्त्रियों को यह समझाने का यत्न नहीं करना चाहिए कि तुम भूल कर रही हो, और न ही

उन की इच्छाओं को ठुकरा देना चाहिए, वरन् उन के साथ और भी अधिक विवेक से बर्ताव करना और जहाँ तक हो सके ऊपर से उन के साथ सहमत हो जाना चाहिए। जब वे बड़ी दृढ़ता के साथ कहें कि अब समागमों की समाप्ति है तो प्रेम के साथ मुस्करा दो और इस समय उन की युक्तियों को दबा देने का यत्न करने के स्थान में "आओ प्रतीक्षा करें और देखें" कह दो। यह बड़ी चतुराई की बात होगी और संभव है कि अन्त में सफल हो जाय। तब कुछ मास, या एक वर्ष या इसके लगभग समय के बाद बहुत संभव है कि मैथुन न केवल दोबारा सफलता-पूर्वक होने लगे बल्कि इस में प्रसन्नता भी बहुत हो। इसलिए यह आवश्यक है कि इस बीच में पति दिल न तोड़ बैठे, और वह बात न करने लगे जो श्रीयुत म० ने की थी। वह दूसरी जगह जा कर विवाहित एकता को न भङ्ग कर दे। इसलिए यदि उस पर अस्थायी रूप से कठिन समय भी आए तो उसे एक मिनट के लिए भी यह न सोचना चानिए कि विवाह के सच्चे भीतरी रूपों का अन्त हो गया है। क्योंकि कठिनाइयों को दबाने में सफलता लाभ करने का जब युक्तिसिद्ध संयोग हो तो सच्चे नर पुरुष को कठिनाई भय-भीत नहीं करने पाती। इस संबंध में मैं बलपूर्वक कहती हूँ कि सफलता का संभावना अवश्य है।

ग्यारहवाँ प्रकरण

पुरुषों में "परिवर्तन"

इस प्रकरण के शीर्षक को देख कर ही बहुत से पाठकों और पाठिकाओं को अचंभा होगा, क्योंकि जिस प्रकार स्त्रियों के "जीवन में परिवर्तन"—मासिक धर्म्म का सदा के लिए बंद हो जाना—होता है उसी प्रकार पुरुषों में भी शरीर-शास्त्र-संबंधी कोई परिवर्तन होता है इस का हमें बहुत ही थोड़ा ज्ञान है। अवश्य ही, पुरुषों में ऊपर से इस बात को पहचान लेना कम आसान है, क्योंकि उन में इस का सारा निर्भर भीतर के द्वारा संगठन पर है। जिस प्रकार स्त्रियों में रजोदर्शन का बंद हो जाना है वैसे पुरुषों में कोई बाहर से दिखाई देने वाला लक्षण नहीं।

अनेक पुरुषों को अपने में किसी "परिवर्तन" का ज्ञान नहीं होता। किन्तु बहुत से पुरुषों में स्त्रियों की तरह "जीवन में

परिवर्तन" होता है, यह बात निश्चित रूप से सत्य है। इस समय प्रायः बहुत सा दुःख और चिन्ता पैदा होती है। जिन पुरुषों ने अपने में होने वाले इस "परिवर्तन" की बात, इस में से गुज़र चुकने और अधिक बुद्धिमान बनकर सफलता-पूर्वक दूसरे किनारे पर पहुँच जाने के बाद, मुझे बताई है वे मानते हैं कि सौभाग्य से ही वे बच गए, क्योंकि कोई भी व्यक्ति उपदेश या ज्ञान से उन की सहायता करने वाला न था। प्रायः पुरुष वे बातें जो उस समय उन्हें तंग कर रही होती हैं, उन का कुछ भी आशय समझे बिना, एकान्त में बता देते हैं। ऐसे पुरुषों को जब बताया जाता है कि तुम "परिवर्तन काल" में से हो कर निकल रहे हो, और थोड़े ही महीनों या एक वर्ष या दो वर्ष में सब शान्त हो जायगा और फिर सब बातें पहले की तरह होने लगेंगी, तो वे चकित रह जाते हैं।

मनुष्य की काम-वासना के संबंध में अभी हमारा ज्ञान इतना थोड़ा है कि कोई भी मनुष्य इस बात की साफ साफ व्याख्या नहीं कर सकता कि उस समय पुरुषों को क्या हो रहा होता है। यह प्रकरण इस विषय पर एक प्रकार का आरम्भिक पर्यवेक्षण है। यह केवल इतना बताता है कि एक अद्भुत विकार मौजूद है और यह इस योग्य है कि इस पर ध्यान दिया जाय।

"स्त्रियों में परिवर्तन" का साफ दिखाई देने वाला बाहरी लक्षण रजोदर्शन का बंद हो जाना है। पर इस से यह प्रकट नहीं होता कि स्त्री का दाम्पत्य-जीवन समाप्त हो गया है, क्योंकि हो सकता है कि इस के बाद भी वह गर्भवती हो जाय और बच्चा पैदा कर के उसे दूध पिलाए। इस के अतिरिक्त इस "परिवर्तन" के बाद भी

उस में काम-वासना जागती है और वह कामावेग (मस्ती) में तृप्ति का अनुभव करती है। 'परिवर्तन-काल' में काम-वासना के प्रति मनोभाव में फेरफार प्रायः देखा जाता है। परन्तु यह दशा प्रायः सदा बनी रहने वाली नहीं होती। अनुकूल अवस्थाओं में इस के दुबारा ठीक हो जाने की बड़ी आशा रहती है।

पुरुष के "परिवर्तन" के विषय में जो कुछ बटोरा जा सकता है उस की तुलना इस के साथ कीजिए—पुरुष में स्पष्ट रूप से कोई व्यापार बाहर से बंद नहीं होता, परन्तु जननेन्द्रियों का भीतरी उलझाव होता है; यह उस के मैथुन-सामर्थ्य के बंद हो जाने को नहीं दिखलाता, क्योंकि पुरुष इस के बाद भी बच्चे पैदा कर सकता है, और चढ़ी उम्र में भी दोनों काम-वासना का अनुभव कर सकते और कामावेग की तृप्ति का आनन्द ले सकते हैं। पुरुष में "परिवर्तन" का अत्यन्त स्पष्ट बाहरी लक्षण मानसिक है। जहाँ तक मैं विचार कर सकती हूँ तब मन में फेर-फार होने लगता है। और यह बात उस पुरुष में बहुत स्पष्ट देख पड़ती है जिस में मैथुन-शक्ति बहुत प्रबल रही हो और जिसने जवानी में बहुत व्यभिचार और मैथुन किया हो। "परिवर्तन" के समय ऐसा पुरुष शायद पूरी तरह से घूम जाय, और मैथुन को बुरा समझने, वरन् उस से घिन करने लगे। "परिवर्तन" गुज़र चुकने के बाद भी हो सकता है कि वह काम-वासना और शक्ति का अनुभव करे, परन्तु तब वह उसे एक अपराध, गिरावट और पाप समझेगा और दबाने का यत्न करेगा। ऐसे पुरुष जवानी के लिए और ठीक मैथुन में आप से आप मिलने वाले स्वास्थ्य और सुख के लिए हौआ बन जाते हैं। वे साधुता के ख़याली दावे करते हैं, और ऐसे ऐसे आदर्श

रखते हैं जिन पर यदि चला जाय तो वे एक ही पीढ़ी में मनुष्य-जीवन को समाप्ति कर देंगे। वे ज़रूरी तौर पर आप समागम करना बंद नहीं करते,वरन् प्रायः इन समागमों को विपत्ति का कारण बना देते हैं। इन समागमों के बाद ऐसा पुरुष रोता, चीखता और छाती पीटता है, और उस बात पर अपनी दुलहिन को पाप के भाव में लपेटता है जो आप से आप होने वाली प्रसन्नता और प्रेम के लिए प्रकृति का वरदान होनी चाहिए।

इस मानसिक विपर्यास का जगद्विख्यात ऐतिहासिक उदाहरण काऊण्ट लियो टालस्टाय में मिलता है। जवानी के दिनों में टालस्टाय में काम-वासना बहुत प्रबल थी। विवाह करने से पहले वह दर्जनों स्त्रियों से समागम कर चुका था। विवाह के बाद वह खूब समागम करता रहा। उस की स्त्री को तेरह बच्चे (और कुछ गर्भपात) हुए। वह चाहता था कि जब जब भी उसे काम-वासना उत्पन्न हो तब तब ही वह पूरी होती रहे। उस का मस्तिष्क बड़ा बलवान और खोजी था। जिस बात को वह किसी समय ईश्वर के प्रति अपना कर्तव्य समझ लेता था उस को पूरा करने की लालसा को उस का अन्तःकरण बहुत ज़ोर से अनुभव करता था। लड़कपन और जवानी में वह मैथुन पर विचार किया करता था और इसके विषयमें विभिन्न और एक दूसरे से विपरीत आदर्श रखता था

भरी जवानी में, जब उसकी सारी इन्द्रियाँ पूरी तरह काम करती थीं, उसने खूब मैथुन करना ही अपना आदर्श रक्खा। बरसों गुज़र गये; काम-वासना स्वभावतः सिकुड़ने लगी; "परिवर्तन" मन्द गति से हुआ; उसने इसे अनुभव ही नहीं किया। तब उसने "आविष्कार" किया कि मैथुन करना भूल है और सारी खराबी

मूल है। उसने अपने लेखों में मैथुन की निन्दा की, और अपने इर्द गिर्द के लोगों के जीवनों पर प्रभाव डाला। उसने अपने सामने पूर्ण "पवित्रता" का तापस आदर्श रखा। यदि इस विषय में मेरे पाठकों को कुछ दिलचस्पी हो तो वे Aylmer Maude कृत टालस्टाय का जीवन-चरित (The Life of Tolstoy) और Aylmer Maude's Preface to the Kreutzer Sonata का पाठ करें जो उसकी पुस्तक के अनुवाद के साथ दिया गया है।

मेरा विश्वास है कि यह केवल दैवयोग ही नहीं कि उस के ऐसे विचार थे और उन्होंने जवानी में उस पर इतना असर डाला कि "परिवर्तन" के समय के पहले और पीछे उनका कार्यतः प्रकाश हुआ। "परिवर्तन" के बाद भी टालस्टाय में काम-वासना और पुंस्त्व अच्छा बना रहा। उसकी काम-वासना अब भी इतनी प्रबल थी कि उसे अपनी पत्नी से समागम करना पड़ा। परन्तु अब यह समागम प्रसन्नता और प्रेम में नहीं किया गया। इस के बाद वह अपने को धिक्कारने लगा। अयलमर मौड के साथ बातचीत में टालस्टाय ने एक दिन कोई ७० वर्ष की आयु में कहा था—"मैं * स्वयं पिछली रात पति था, किन्तु उद्योग को छोड़ देने के लिए यह कोई कारण नहीं हो सकता; परमात्मा कृपा करें कि मुझ से फिर ऐसी भूल न हो।" मौड कहता है—"इस के बाद वर्षों तक

---

* इस सम्बन्ध में महात्मा गाँधी और स्वामी श्रद्धानन्द के जीवन-चरित भी देखने योग्य हैं। इन दोनों ने अपने को तरुणावस्था में बहुत कामी बताया है और पिछली उम्र में (परिवर्तन के बाद) दोनों ब्रह्मचर्य और आत्म-संयम के कट्टर प्रचारक बन गये। —सन्तराम

उसका शरीर मज़बूत और फुरतीला बना रहा। इस के पश्चात् ही उसने कई बहुत ऊँचे दर्जे के बौद्धिक कार्य किए।"

किसी चीज़ ने इस मज़बूत और उपजाऊ पुरुष को बदल दिया था, जिस से वह उन विचारों पर लौट आया था जिन्होंने उसके लड़कपन को रँगा था, और उसने उन लोगों की काल्पनिक स्थिति ग्रहण की थी, जो सब प्रकार के स्त्री-समागम को "गिरावट" बता कर इस का निन्दा करते हैं। क्या इन मानसिक रूपों और शरीरशास्त्र-सम्बन्धी दशाओं में परस्पर सम्बन्ध का देखना दिलचस्पी की बात नहीं? मेरा विश्वास है कि यह केवल दैवयोग ही नहीं कि उसके ऐसे विचार थे जिन पर वह युवक के रूप में यदि वह चाहता तो आचरण कर सकता था, और जिन्हों ने उस पर इतना असर डाला कि "परिवर्तन" के समय के पहले और पीछे उन का कार्यतः प्रकाश हुआ। क्या हम यह नहीं देख सकते कि मनोभाव का उलटना उन भीतरी फेरफारों का बाहरी प्रकाश है जो गिल्टियों के स्रावों में हेर-फेरों के कारण होते हैं?

"सुधरा हुआ लंपट" प्रायः उस उम्र का होता है जब "परिवर्तन" उसके मन को नई दिशा में डाल चुकता है। मैं समझती हूँ कि सेंट आगस्टाईन और दूसरे आरम्भिक ईसाई गुरुओं ने अपनी मानसिक वृत्तियों को तब तक नहीं उलटाया जब तक कि "परिवर्तन" ने यह काम उन के लिए नहीं कर दिया। तो भी, अपने बहुत ही प्रबल व्यक्तित्व से, और शायद अपने उत्तरकालीन उपदेशों में रखे हुए असम्भव और चरम सीमा के आदर्शों की सहायता से, सभी सम्प्रदायों और सभी देशों के टालस्टायों और सेंट आगस्टाईनों ने अपने साथियों पर अपने पिछले विचारों को अंकित किय

है, और जीवन की अतीव मौलिक समस्याओं के विषय में विचार की मानुषी तरङ्गों को गदला और गड़बड़ रक्खा है।

उस से छोटे पैमाने पर, हम अपने चारों ओर साधारण पुरुषों में उन्हीं लक्षणों को बार बार प्रकट होते देखते हैं। ठीक, समझदार वृद्ध पुरुष वे हैं जिन की प्रकृतियों ने, सच्चे प्रेम से प्रेरित होकर, "परिवर्तन" के बाद भी अपनी पत्नियों के साथ ठीक और मधुर संसर्ग बनाए रखा है।

जिस प्रकार के पुरुषों का नमूना टालस्टाय है उन के सिवा पुरुषों का एक दूसरा नमूना भी है। यह "परिवर्तन" के शारीरिक हेर-फेरों का परिणाम है। यह वह पुरुष है जिसकी काम-वासना इस समय प्रास्टेटिक गिल्टी की वृद्धि (enlargement of the prostatic gland) के कारण बहुत भड़क उठती है। अलबत्ता यह "परिवर्तन" का आवश्यक या प्रत्यक्ष परिणाम नहीं, वरन् यह एक ऐसा परिणाम है जिस का सम्बन्ध उन भीतरी प्रबन्धों के साथ है जो गिल्टियों के सौम्य (balance) में गड़बड़ हो जाने पर पैदा होते हैं। प्रास्टेट गिल्टी की वृद्धि का उल्लेख किसी दूसरे प्रसंग में पहले भी हो चुका है (देखिए सातवाँ प्रकरण)।

स्त्रियों के सदृश, सब पुरुषों में भी "परिवर्तन" का समय एक नहीं। सामान्यतः यह पचास और पैंसठ के बीच होता है। सम्भवतः औसतन साठ के निकटवर्ती वर्ष ही पुरुषों में इस घटना के होने का सामान्यतम समय है।

एक मनोरंजक हण्टेरियन व्याख्यान में (देखिए, दि लेन-सट, २५ वीं फर्वरी, १९२२, पृष्ट २९७) में डाक्टर के० एम० वाकर, प्रास्टेट की वृद्धि पर विचार करते हुए, अकस्मात् कहता है—"यह

सच है कि nonagenarian के seminiferous tubules में फुरतीले spermatogenesis देखे जाते हैं और पुरुष के दाम्पत्य-जीवन का अचानक अन्त नहीं हो जाता। उसकी अवस्था में रजो-दर्शन आरम्भ में इतना धीरे बन्द होता है कि प्रायः उसका पता ही नहीं लगता। इस पर भी काम-चेष्टा में कमी हो जाती है, और ५५ वर्ष के पुरुष का जनन-प्रदेश उलझाव के स्पष्ट लक्षण प्रकट करता है।"

परन्तु इस विषय पर वैज्ञानिक साहित्य में बहुत ही कम जानकारी मिलती है। यह प्रकरण आप देखी और इन कष्टों से पीड़ित लोगों की एकान्त में बताई हुई बातों के आधार पर लिखा गया है। इस में दूसरों के संग्रह करके छापे हुए पर्यवेक्षणों और संक्षेपों से सहायता नहीं ली गई। जवान पुरुष में नपुंकता और साधारण मैथुन-शक्ति की कमी के जो लक्षण होते हैं उन्हीं के सदृश इस के लक्षण भी ऐसे होते हैं जिन से औस्त पुरुष को किसी कदर व्यक्तिगत दीनता और संताप होता है। वह किसी डाक्टर से—सच तो यह है कि किसी से भी—सलाह नहीं लेता। यह तो हो सकता है कि वह शायद किसी मित्र, वरन मामूली वाक़िफ़ से इस संबन्ध में बात करे, और फिर अप्रत्यक्ष रूप से लक्षणों की चर्चा चलाए। इस दशा के सम्बन्ध में जिन लोगों ने मुझे आप से आप अपनी गुप्त बातें बताई हैं उन में से अधिकांश ने अवसर के अनुसार, प्रत्यक्ष रूप से या मौखिक ही बताई हैं—कभी कभी साक्षात् संयोग से, जैसा कि जब कभी मैं किसी पुरुष से किसी काम के लिए मिली हूँ तो उसने, इस विचार से कि मैं नवयुवक विवाहित लोगों के विवाहों को सुखी बनाने में दिलचस्पी रखती हूँ, मेरी राय पूछ ली है। जिस करुणानिष्ठा और दबाव के साथ लोग मुझ से परामर्श

लेते हैं उसे देख मैं प्रायः दंग रह जाती हूँ।

श्रीयुत र. ब., उम्र ५८ वर्ष, इस का एक आदर्श उदाहरण प्रतीत होता है। उसका विवाहित-जीवन बड़ा सुखी था। अब तक भी पत्नी पर उसका गहरा प्रेम है। वह उसकी स्पष्ट रूप से प्रशंसा किया करता है। पिछले कुछ मास से वह उस दाम्पत्य-सम्बन्ध को बनाए रखने में अपने को असमर्थ पाता है जो उन के बीच कई वर्ष से प्रतिष्ठित है। यद्यपि उन में अनुराग और समागम की लालसा, वरन् कभी कभी तो मैथुन की शक्ति भी, मौजूद होती है, तो भी या तो लिङ्ग बहुत थोड़ी देर के लिए उठता है, या असली स्खलन और मस्ती को पूर्णता तक पहुँचाना कठिन होता है। इस से उसे बड़ी भारी दीनता और क्लेश होता है, विशेषतः इस कारण कि उस की पत्नी इस का कुछ और ही अर्थ निकालती है और समझती है, क्योंकि हम दोनों इतनी देर से इकट्ठे रहते आए हैं, इस लिए अब मैं उसे मनोहर नहीं मालूम होती। इसमें मेरा अपना ही दोष है। मुझे छोड़ कर अब वह किसी दूसरी तरुण और नवेली नारी के प्रेम-पाश में फँस गया है। यह उस की भूल है। पुरुष ठीक ही प्रतिवाद करता हुआ कहता है कि किसी दूसरी स्त्री से समागम करना तो दूर, मुझे किसी दूसरी का विचार तक भी नहीं। दूसरे लोगों की दृष्टि में तुम चाहे बूढ़ी हो पर मुझे तुम उतनी ही तरुण जान पड़ती हो जितनी कि विवाह के समय थीं। तुम में अब भी मेरे लिए भारी आकर्षण है। उसे अपनी स्त्री को यह बात समझाने और इस पर विश्वास कराने में कठिनाई होती है। इस से उसकी मानसिक उदासी और भी बढ़ जाती है। वह पुराने फैशन का, विलक्षण और बहुत ही स्नेह करने वाला है

और किसी प्रकार भी अपनी पत्नी के हृदय को ठेस लगाने को तैयार नहीं। चाहे उस का पत्नी पर बहुत प्रेम है पर वह उस के प्रति अपने "पति-सम्बन्धी कर्तव्यों" को पूरा नहीं कर सकता। इस के साथ ही वह अपने को हारा हुआ, उदास, और कई बातों में नीचे गिरा हुआ अनुभव करता है। इसका कोई प्रत्यक्ष कारण नहीं देख पड़ता।

मैंने उसे विश्वास दिलाते हुए कहा कि डरो नहीं, यह केवल "जीवन का परिवर्तन" है। यह सुन पहले तो उसे आश्चर्य हुआ, फिर शान्ति हो गई। उसे आशा हो गई कि यह केवल अस्थायी दशा है जो सदा बनी न रहेगी। इस प्रसन्नता से उस का चेहरा चमक उठा। यद्यपि "परिवर्तन" के बाद पुंस्त्व उतने ज़ोर से या उतनी कसरत से नहीं लौटता जितना कि वह तरुण पुरुष में होता है, तो भी पुंस्त्व या मैथुन-सामर्थ्य लौट कर आता ज़रूर है, और यह उस प्रेममयी और समझदार पत्नी की ज़रूरतों को पूरा करने के लिए काफी होता है जो पति के समान ही बूढ़ी हो गई है।

समागम की शक्ति और उस से आनन्द और लाभ प्राप्त करने का सामर्थ्य बहुत बड़ी आयु तक भी बना रहता है। ज़ियादा बड़ी उम्र के पुरुषों के लिए मैथुन की एक विशेष विधि का प्रयोग करना हितकर होगा। पर इस विधि को मैं तरुण पुरुषों के लिए अच्छा नहीं समझती। इस विधि को रोमन कैथोलिक लोग मैथुन-निग्रह (Coitus reservatus) कहते हैं और उस की आज्ञा देते हैं। जिस अमरीकन डाक्टरनी ने इस विधि के ज्ञान का प्रचार किया था वह इसे करेज़्ज़ा (karezza) कहती है। एक बड़े अचम्भे की बात है। जब मैंने अपनी एक पुस्तक में "करेज़्ज़ा" नाम

से इस विधि का उल्लेख किया तो हाल में एक मुकद्दमे में रोमन कैथोलिक लोगों ने इस विचार पर बड़ा भय और गहरी घृणा प्रकट की। परन्तु उन्हें इस बात का ज्ञान न था या ज्ञान न होने का वे दिखलावा कर रहे थे कि ठीक यही विधि बहुत से लोगों को मालूम है और प्रामाणिक रोमन कैथोलिक लोगों ने इस का वर्णन किया है और "मैथुन-निग्रह" के नाम से इस की आज्ञा दी है।

जिस किसी को इस विचित्र विषय में दिलचस्पी हो वह रोमन कैथोलिक लोगों के प्रसिद्ध आप्त पुरुष, टी. स्लेटर ने जो कुछ कहा है उसे *A Manual of Moral Theology* दो भाग, और *The Morality of Birth Control and Kindred Sex Subjects* (देखो अध्याय ६) by a Priest of the Church of England में देखने का कष्ट करें।

वह विधि संक्षेप से यह है—दोनों में काम-वासना के भड़कने और मिलाप होने के बाद, मस्ती पैदा करने के स्थान में पूर्ण मानसिक और शारीरिक शान्ति प्राप्त करने का यत्न किया जाय। इस के लिए सारी शारीरिक चेष्टा को बन्द करके—बिलकुल निचला हो कर—विचार को प्यारी पत्नी के आध्यात्मिक रूप पर एकाग्र करना चाहिए। मेरी सम्मति में, एक औसत, बलवान् और कल्पनाहीन पुरुष को इस प्रकार के समागम में सफलता होने की बहुत कम संभावना है, परन्तु जिन में पुंस्त्व की अधिकता नहीं वे निस्सन्देह ऐसा कर सकते हैं। मैंने अनेक स्त्रियों से सुना है कि इस विधि से पति के साथ समागम करने से न केवल उनकी नाड़ियों पर बड़ा शान्तिकर प्रभाव पड़ा है, वरन् कोमल भावों की भी वृद्धि हुई है।

यह विधि बहुत कुछ ओनीडा समाज (Oneida

Community) की विधि से मिलती है, जिसे वे "नर का संयम" कहते हैं। इस कारण से इसके विरुद्ध किसी कदर सहज पक्षपात पैदा हो गया है।

मेरी राय में, यह विधि ऐसी है जिससे समागम में स्त्री की अपेक्षा पुरुष को अधिक लाभ होता है। इसके विरुद्ध कुछ भी कहा जाय, हर सूरत में, यह उन दो को गहरे अनुराग में जोड़ देती है जो इसका अभ्यास करते हैं। यह एक ऐसी विधि है जो विवाहित जीवन के पिछले वर्षों के लिए बहुत उपयुक्त है। जब कभी पूरा मैथुन न करना हो जिस में पुरुष का पूर्ण रूप से स्खलन होता है, तो बीच बीच की अवधियों में मैथुन-निग्रह की विधि का प्रयोग किया जा सकता है ताकि पुरुष को बहुत बार वीर्य खर्च न करना पड़े। पूरा मैथुन लंबी अवधियों पर करना चाहिए।

जिन जोड़ों ने कई वर्ष तक "मैथुन-निग्रह"(Coitus reser vatus) का अभ्यास किया है उन में से कई एक ने मुझे बताया है कि इस विधि के समान और कोई भी दूसरी विधि ऐसी नहीं जिस से इतनी प्रगाढ़ शान्ति, इतना स्नेहपूर्ण साहचर्य, और आध्यात्मिक एकता का भाव प्राप्त होता हो।

सेना के एक लेफ़टिनेंट ने इस का उपयोग किया था। उस ने अपने डाक्टर को लिखा:—"करेज्ज़ा" का पक्षपोषण नए रूप में पुराना वैराग्य नहीं। शरीर को प्रसन्नता देने के अतिरिक्त यह मन को भी बहुत तृप्त करता है। जहाँ दूसरी सब विधियाँ विफल होती हैं वहाँ इसे सफलता प्राप्त होती है। परन्तु यदि मनुष्य को इस के विरुद्ध कोई पक्षपात हो तो यह कभी सच्ची तृप्ति देने वाली सिद्धि नहीं बना सकता। इसकी अच्छी तरह परीक्षा कर के देख लेनी

चाहिए। यह उन लोगों को पसन्द आयगा जो गर्भ-निरोध की साधारण विधियों से काम लेने को कभी तैयार नहीं।"

मुझे तो यह विधि वास्तव में केवल बूढ़े या थोड़े से अनेम (abnormal) लोगों के लिए ही उपयुक्त मालूम होती है। डाक्टर डब्ल्यू. एफ़. रोबी अपने विस्तृत डाक्टरी अनुभव से इस मत की पुष्टि करता हुआ कहता है—"ओनीडा समाज और दूसरे संप्रदाय यह शिक्षा देते हैं कि पति-पत्नी दोनों या उन में से कोई एक मैथुन में स्खलन को अनियत रूप से स्थगित कर दे तो अच्छा है। परन्तु उन की यह शिक्षा ग़लत है। कभी कभी तो यह निश्चय एक प्रसन्नतादायक और प्रशंसनीय प्रेम-क्रिया होती है, परन्तु यदि इसे बहुत बार किया जाय, या मैथुन की नैसर्गिक क्रिया को कभी पूर्णता को पहुँचने ही न दिया जाय, तो इस से पुरुष नपुंसक और स्त्री चिड़चिड़ी हो जाती है। जिन जोड़ों ने इस क्रिया को कर के देखा है उन से मुझे यह बात साबित हुई है।"

निश्चय ही यह तरुण लोगों के लिए उपयुक्त नहीं। परन्तु यदि बड़ी आयु के लोगों को इस का ज्ञान हो और वे इस का अभ्यास करें तो संभव है, उन के विवाहित जीवन के पिछले वर्ष सुखमय हो जायँ।

"परिवर्तन" में से आसानी के साथ और सफलता-पूर्वक गुज़रने में पुरुष को सहायता देने के लिए उन गिल्टियों के निचोड़ जिनकी उस में कमी है, या जिन का साम्य (Balance) उस में उचित रूप से क़ायम नहीं, बहुत उपयोगी
पुरुष के लिए इन की सिफारिश की जा
वर्ष की अवस्था में ऐसी किसी वेचै

(परिशिष्ट क, नं० ६ भी देखिए)।

सम्भवतः इस समय प्रायः सब से अधिक उपयोगी लिम्फेटिक और स्पर्मिन का मिश्रण (A Mixture of Lymphatic and Spermin) होगा। कई दूसरे पुरुषों को प्रास्टेटिक निचोड़ों से या उन की व्यक्तिगत आवश्यकताओं के लिए विशेष रूप से उपयुक्त दूसरे निचोड़ों से अधिक लाभ होगा।

इस समय, कभी कभी पुरुष कुछ मास, या अधिक काल के लिए पूरी तरह से नपुंसक हो जाता है, और इस से उसे बहुत क्लेश होता है। कुछ मास, या एक वर्ष, या दो वर्ष के बाद यह बेचैनी शान्त हो जाती है, सारे शरीर का साम्य घटी हुई मैथुन-शक्ति के अनुसार व्यवस्थित हो जाता है, और पुरुष की साधारण प्राणशक्ति और पुंस्त्व दुबारा स्थापित हो जाते हैं।

जो पुरुष इन कठिन वर्षों में से सफलता-पूर्वक गुज़र गए हैं, उन का बुढ़ापा भला-चङ्गा, स्वस्थ और सुखी होगा। इन वर्षों में असावधानी, विशेषतः जो कुछ हो रहा है उस को बिलकुल कुछ और ही समझ कर असावधानी करने का परिणाम ही यह प्रायः मानी हुई सचाई है कि सचाई है कि साठ वर्ष की उम्र के आस पास का समय पुरुषों के लिए भयावह होता है। यदि इसे सफलता से और स्पष्ट रूप से मान लिया जाय और वर्तमान की अपेक्षा अधिक विस्तार के साथ इस का अध्ययन किया जाय, तो इन थोड़े से वर्षों में से सफलता-पूर्वक गुज़रने के लिए जितना कुछ अतीत काल में किया जा चुका है, मैं समझती हूँ, उससे कहीं अधिक किया जा सकता है।

कुछ पुरुष इस को अपने लिए अपमान-जनक या एक

प्रकार की दीनता समझते हैं कि उन में भी (स्त्रियों की तरह) "परिवर्तन" होता है। इस का कारण वह झूठा भाव है जो पुरुष स्त्री-जाति और उस के शरीर-शास्त्र- सम्बन्धी लक्षणों के प्रति रखा करता था। सच तो यह है कि बच्चा पैदा करने के काम में स्त्री और पुरुष की बड़ी भिन्नता देख कर जो विचार उत्पन्न होता है, दूसरी दृष्टियों से वे उस से कहीं अधिक एक दूसरे के सदृश हैं। यदि पति-पत्नी दोनों समझ लें कि हम दोनों को थोड़-बहुत व्याकुल करने वाले काल में से होकर निकलना पड़ेगा और दोनों के कारण और कई लक्षण भी एक जैसे होंगे तो मैं समझती हूँ कि उन को ज़ियादा आसानी रहेगी। यह ज्ञान इस काल में, जब कि विवेक और बुद्धि की इतनी ज़रूरत होती है, दोनों को एक दूसरे की सहायता करने में सहायता देगा।

बारहवाँ प्रकरण

दूसरी सुहागरात

दो तन एक प्राण

यदि, जैसा कि साधारण अनुभव कार्यतः सर्वोत्तम सिद्ध करता है, स्त्री पुरुष से कुछ वर्ष छोटी हो, और यदि उन का विवाहित जीवन लम्बा, सुखी और पारस्परिक रूप से सफल रहा हो, तो यह बहुत सम्भव है कि दोनों का "परिवर्तन-काल" लगभग एक साथ आए। यदि वे भाग्यवान हैं तो भीतरी उलझाव की स्वाभाविक दशाओं में से होकर निकलने में उन को उतने ही थोड़े कष्ट का अनुभव होगा जितना कि एक सुखी और तन्दुरुस्त लड़की को स्त्री बनने में होता है। अर्थात् कुछ भी व्याकुलता या कष्ट नहीं होता। परन्तु संसार में सर्वोत्तम इच्छा रखते हुए भी यह निश्चित

रूप से नहीं कहा जा सकता कि यह बिना किसी बेचैनी के गुज़र जायगा। सतह पर कुछ झुर्रियाँ गम्भीरतर परिवर्तनों को प्रकट करती हैं।

यदि ऐसी बात हो तो सर्वोत्तम उपाय यह है कि चुपचाप और सुगमता से यात्रा की जाय, या जिस काल में मैथुन के कठिन या विशेष रूप से अवाञ्छनीय होने की प्रवृत्ति हो उस काल में वे एक दूसरे से अलग रहें। सब कुछ व्यक्तिगत अवस्थाओं पर और इस बात पर निर्भर है कि वे दूसरी रीतियों से एक दूसरे पर कितना गहरा प्रेम रखते हैं। ऐसे जोड़े के लिए जो विवाह में ज़ियादा करके शारीरिक आनन्द ही लेते रहे हैं, जुदाई—हँस मुख मित्रों के साथ एक दूसरे से उलटी दिशाओं में अच्छी लंबी यात्रा—एक बड़ी ही तरोताज़ा करने वाली और उपयोगी पौष्टिक दवाई सिद्ध होगी। चाहे वे "परिवर्तन" में से इकट्ठे गुज़रें या एक दूसरे से परे रह कर, यदि वे उचित रूप से अपने जीवनों का प्रबन्ध करेंगे तो समय आयगा जब उन का अद्भुत प्रेम लौट आयगा, और उन्हें समागम की आवश्यकता का अनुभव होगा। तब उन्हें सच्ची सुहागरात मनाने का प्रबन्ध करना चाहिए।

शुद्ध मानसिक भाव के लाभ पर सब प्रकार के "ऊपर उठे हुए" लोगों ने इतना अधिक लिखा है कि मेरे लिए इस बात पर ज़ोर देने की कोई ज़रूरत नहीं। परस्पर प्रेम रखने वाले जोड़ों को केवल इतना ही याद दिलाने की ज़रूरत है कि "जीवन के परिवर्तन" के बाद दुबारा विवाह-संस्कार होना चाहिए, दुबारा सुहागरात मनाई जानी चाहिए, जिस में वे गहरी शान्ति और एकता के भाव का उल्लासजनक सौन्दर्य और मन तथा शरीर के स्थायी

अनुराग का प्रकाश देखें। पुरुष या स्त्री में अब भी पूरी [illegible] है ? शरीर की

सम्भवतः इस समय तक उन का परिवार बड़ा होगा, या, हर सूरत में, स्कूल या कालेज में पढ़ने की आयु को पहुँच चुका होगा, और इस लिए इस योग्य होगा कि कुछ मास के लिए उसे छोड़ा जा सके। अब वे दोनों शान्ति और धैर्य के साथ सुहाग रात मनाते हुए वे काम कर सकते हैं जिन को वे सचमुच करना चाहते थे, और जिनका, घर में माता पर बच्चों की निरन्तर ज़िम्मेदारी के विचार से, वे कई वर्षों से त्याग करते रहे थे।

उन्होंने जब पहली बार जवानी में सुहाग रात मनाई थी अब उन्हें उससे अधिक गहरी समझ के साथ एक दूसरे का आनन्द लेना चाहिए। तब, यदि वे औस्त मनुष्य थे, तो उन में प्रत्येक स्वार्थी और अपने आप में ही लीन होगा। अब बहुसंख्यक पारस्परिक हित और परिवार को पालने का कड़ा काम बहुत कुछ कम हो चुका होगा। इस लिए अब उन के पास इकट्ठे मिल कर नवीन आविष्कार करने और नई नई चीज़ें बनाने के लिए काफी समय रह जायगा। अब उन्हें सब से पहले निश्चिन्त होकर, जीवन भर के लम्बे परिश्रम के बाद, इकट्ठे मिल कर आनन्द लेना चाहिए, और अपनी दूसरी सुहाग रात मनाने के लिए उसी प्रकार उपाय सोचने चाहिए जैसे कि पहली सुहाग रात के समय सोचे थे। फ़्रेडरिक हैरिस ने कहा था—"पति के साथ भागीदारी एक व्यक्तिगत अनुभव है, इससे परम परितोष प्राप्त हो सकता है। एक दूसरे व्यक्ति के साथ साझी होना एक बड़ा ही मज़ेदार खेल है। सब प्रकार के अत्यावश्यक साहसिक कार्यों में एक ही व्यक्ति का संगी

रूप से नहीं कहा जा सकता।"

जायगा। "सुहाग रात अनेक स्त्रियों के लिए ऐसा समय होगा जिसकी उस व्यक्तिगत प्रेम को दुबारा लाने और मधुर बनाने के लिए आवश्यकता है, जो शरीर के भीतर दुबारा होने वाले संगठन से घबराकर, इस समय के लिए सिकुड़ कर छिप गया है। दूसरी सुहाग रात सच्चे प्रेमी जोड़े के जीवनों का मधुरतम समय हो सकता है।

तब नए सिरे से अपने शरीरों को एक दूसरे के निकट लाना और प्यारा बनाना चाहिए और उस आनन्द को फिर से ताज़ा करना चाहिए जिस में बच्चों का पालन-पोषण अनिवार्य रूप से कुछ न कुछ बाधा ज़रूर डालता था। दूसरी सुहाग रात पहली सुहाग रात के समान ही सच्ची होनी चाहिए, और इसमें डाक्टर रोबी के इस परामर्श पर चलना चाहिए—"लज्जा छोड़ कर, अपनी पत्नी के होंठों, जीभ, तथा गर्दन का चुम्बन करो, क्योंकि वह चाहती है; और, जैसे कि कविवर शेक्सपियर कहता है—'यदि ये झरने सूख गए हों तो ज़रा नीचे चले जाओ जहाँ सुखद झरने मौजूद हैं!'

दो शरीर और एक प्राण हो कर रहने से जो शारीरिक आनन्द प्राप्त होता है वह इहलोक में जीवन को बढ़ाता है। जिस जोड़े में परस्पर गहरा प्रेम है उनमें से कोई एक यह कैसे अनुभव कर सकता है कि उसका संगी, शरीर रूपी घर के सिवा और किसी बात में, बूढ़ा हो रहा है ? यदि आत्मा सनातन ब्रह्म से संसर्ग रखने वाले अन्तःकरण की सीधी रश्मि से जीवन को प्रकाशित करता है, तो क्या यह शरीर द्वारा नहीं चमकता, यहाँ तक

कि मनुष्य एक प्रसन्नचित्त बूढ़े पुरुष या स्त्री में अब भी पूरी शक्ति और सामर्थ्य की उज्ज्वल प्रभा देखता है ? शरीर की घटती और बढ़ती हुई नैसर्गिक कलाएँ जड़वाद की भ्रष्टता के घिनौने रूपों से बच जाती हैं। यह जड़वाद उदास शकल में या मन और शरीर के रोग और ह्रास में प्रतिबिम्बित होता है।

जीन फीनाट बड़ी बुद्धिमत्ता से कहता है (*Problems of the Sexes*, 1931)—"आओ हम प्रेम को भी जीवन की अखंडता की उच्चतर समझ की शिक्षा दें। इस प्रकार प्रेम बहुत विरक्त हो जायगा, क्योंकि यह आध्यात्मिक रंग में रँगा जायगा। यह अधिक ठोस और अधिक स्थायी बन जायगा, क्योंकि इस की जड़ें शारीरिक सौन्दर्य में नहीं बल्कि आत्मा में होंगी। शरीर का सौन्दर्य तो हमारी इन्द्रियों की वासनाओं से भी अधिक शीघ्रता से बदलता है। प्रेम का धुरा अपने स्थान से सरक जायगा।······ भावों और विचारों के मेल से शारीरिक आनन्द दुगने हो जायँगे, और हमारा जीवन, गम्भीर भावों और अज्ञात आनन्दों से अधिक उपजाऊ और अधिक तीव्र हुआ, अधिक प्रौढ़ और शान्त हो जायगा।"

शरीर आत्मा की पोशाक और औज़ार दोनों है। इन्द्रियों की मस्ती से व्यथित पुरुष का शरीर देखता है कि इस में उस ने एक गम्भीर प्रेम का, एक निर्मल और स्वर्गीय संसर्ग का स्पर्श किया है। जिस पुरुष ने प्रेम के दोनों रूपों का अनुभव नहीं किया उस ने जीवन का पूर्ण आनन्द नहीं लिया और न अपनी पत्नी से पूर्ण प्रेम किया है।

जिस जोड़े में गहरा प्रेम है वे एक दूसरे के लिए सदा

जवान ही रहते हैं। यदि प्रत्येक के भीतर का सारभूत व्यक्तित्व एक अविनाशी आत्मा है जो इस संसार में कोई पुण्य कार्य करने के लिए कुछ काल के लिए मनुष्य-देह रूपी वस्त्र धारण किए हुए है, तो ऐसा होना निश्चित है। दाम्पत्य-जीवन की सभी बातों में जवानी और जवानी के शारीरिक बाह्य लक्षणों पर बहुत अधिक ज़ोर दिया गया है, और आत्मा के प्रेम की हानि हुई है। इस से शारीरिक प्रेम जितना चाहिए था उस से कम मनोहर और कम स्थायी हो गया है। जीवन के द्वारा ही सब जनन-गिल्टियाँ हमारे शरीरों में अपना काम करती और प्रायः प्रत्येक कोषाणु (cell) पर प्रभाव डालती हैं। चाहे हम इस से इंकार करने का यत्न करें या न करें, हम जनन- शक्ति रखने वाले जन्तु हैं। हम पूरे सामर्थ्य से तभी काम कर सकते हैं जब हम जनन-शक्ति को हटाने और इस से इंकार करने के स्थान में इसको समझें और प्रोत्साहित करें। प्रेम-पाश में बँधे हुए स्त्री और पुरुष को एक दूसरे को धोखा देने, सताने और फोड़ने के स्थान में स्थायी रूप से उपजाऊ बनाना चाहिए।

अमर प्रेम न केवल घर को चट्टान पर बनाता और तेज़ किए हुए औज़ारों को हाथों में देता है— मन में शान्ति को और हृदय में आनन्द को—वरन् यह अकेला नहीं बल्कि साथी को लेकर, नभो-मण्डल की खोज के लिए आत्मा को पंख दे देता है।

परिशिष्ट

उपयोगी नुसखों के कुछ उदाहरण

पुस्तक में नाना प्रकार की गिल्टियों के निचोड़ों और उन के उपयोग का उल्लेख हुआ है। मैं कुछ और अनुगम करना चाहती हूँ और पुस्तक में दी शिक्षाओं पर ज़ोर देती हूँ। कई लोगों के लिए यह जानना बड़े महत्व की बात होगी कि ये निचोड़ रासायनिक अणुओं के बने हुए हैं, असली कोषाणु (cells) नहीं। ये उन जन्तुओं को यथोचित और हितकर ढङ्ग से मार कर निकाले जाते हैं जिनका मांस खाया जाता है। जिस समय मनुष्य में कोई विशेष गिल्टी पूरी तरह से काम करना छोड़ देती है उस समय ये श्रमसाध्य रासायनिक अणु जिन से ये निचोड़ बने हैं, मनुष्य-शरीर के लिए विशेष रूप से लाभदायक होते हैं।

कई मैडिकल प्रेक्टिशनर इन गिल्टियों के निचोड़ों को मुँह द्वारा न खिला कर इञ्जेक्शन (टीका) द्वारा सीधा शरीर में डाल देते हैं। परन्तु अनेक कारणों से मैं इञ्जक्शन की सलाह नहीं देती। उन में से एक जल्दी से समझ में आ जाने वाला सादा कारण यह है। जिस रीति से ये गिल्टियों के निचोड़ (glandular extracts) स्वभावतः रक्त और लिम्फ की धाराओं में बेहद छोटी मात्राओं में निरन्तर प्रविष्ट होते रहते हैं उस रीति की ठीक ठीक नक़ल हम किसी भी मानुषी क्रिया द्वारा नहीं कर सकते। ज़ियादा से ज़ियादा हम यह कर सकते हैं कि दिन में कई बार छोटी छोटी मात्राएँ लें। इस के लिए, स्मरण-शक्ति पर अधिक दबाव डाले बिना, हम यह कर सकते हैं कि दिन में एक एक कॅपस्यूल तीन बार खा लिया करें, और कई मास तक इसी तरह खाते रहें। परन्तु क्या हम संभवतः किसी काम में लीन मैडिकल प्रेक्टिशनर को कह सकते हैं या उस से आशा कर सकते हैं कि वह महीनों तक एक ऐसे व्यक्ति को दिन में तीन तीन बार इञ्जक्शन किया करे जो लगभग तन्दुरुस्त है, और जिसे केवल उत्तम "साम्य" (balance). और "पोषण" की आवश्यकता है ?

इस चेतावनी पर ज़ोर दिया जाय कि जिस मनुष्य के लिए डाक्टर ने जितनी मात्रा नियत की है उस से अधिक वह बिलकुल न खाय। उदाहरणार्थ, यदि डाक्टर ने रोज़ एक कपस्यूल खाना बताया है और उस से लाभ हुआ है तो रोगी को यह नहीं समझ लेना चाहिए कि दो कपस्यूल खाने से दुगना असर होगा और आराम जल्दी होगा। इस के विपरीत, संभवतः इस से साम्य दूसरी ओर उलट जायगा। जितनी मात्रा डाक्टर ने बताई हो उस से

अधिक कभी न लो।

मैं समझती हूँ कि उपयोगी नुसखों के थोड़े से उदाहरण यहाँ देना लाभदायक होगा। इन में निचोड़ का स्वरूप और प्रत्येक कपस्यूल में उसकी मात्रा भी बता दी जायगी। दिन में कितने कपस्यूल खाने चाहिएँ, और नुसखे का असली व्योरा प्रत्येक व्यक्ति को, जो इन निचोड़ों का सेवन करना चाहता है, अपने डाक्टर से पूछ कर निश्चित कर लेना चाहिए।

बहुत से बनाने वाले नाना प्रकार के निचोड़ तैयार करके बाज़ार में बिकने के लिए भेजते हैं, परन्तु इन का सेवन करने वाले सभी लोग इस बात पर सहमत हैं कि उन सब का असर एक जैसा नहीं होता। कुछ लोगों को इन के गुणकारी होने में भी सन्देह है, क्योंकि इन के बनाने वालों ने इन को सन्तोषजनक मिश्रणों (Compounds) से नहीं बनाया।

इन निचोड़ों का उपयोग करने वाले अनुभवी डाक्टरों ने देखा है, और जहाँ तक मैं आप उन की परीक्षा कर सकी हूँ, मैं कह सकती हूँ कि मेरा अनुभव भी यही कहता है, कि जलेटीन के खोल वाले कपस्यूल में ताज़ा तैयार किये हुए निचोड़ ही सर्वोत्तम होते हैं। दबा कर बनाई हुई खुश्क टिकियों की अपेक्षा ये कपस्यूल कहीं अधिक अच्छे हैं।

इस पुस्तक के पहले संस्करण में, एक प्रसिद्ध डाक्टर की प्रबल इच्छा के सामने सिर झुकाते हुए, मैंने नुसखे नहीं दिए थे। परन्तु पीछे से बहुत से लोगों ने इसे बुरा माना और यहाँ तक कहा कि तुम ने यह पुस्तक जनता के हित के लिए नहीं वरन् डाक्टरों की आमदनी को बढ़ाने के लिए लिखी है। और तो और श्रीयुत

बर्नार्ड शा जसे महापुरुष ने भी प्रतिवाद करते हुए लिखा !
"नुसखों के बिना पुस्तक छाप देना तुम्हारी दुष्टता थी। तु
चाहिए कि दूसरे संस्करण में ये नुसखे ज़रूर छापो।" इस ि
इस दूसरे संस्करण में मैं वे सब नुसखे छाप रही हूँ।

पर मैं यह बात विशेष बल से कहती हूँ कि जो लोग इन गिल्टियों के निचोड़ों का सेवन करना चाहते हैं उन्हें जहाँ तक हो सके अपने डाक्टर से सलाह लेकर ही इन का सेवन आरम्भ करना चाहिए। आगे लिखी घटना प्रकट करती है कि सलाह लेना क्यों आवश्यक है—

मेरी पुस्तक के पहले संस्करण को पढ़ कर एक अधेड़ उम्र की स्त्री ने "परिवर्तन" के कष्टों के लिए कई डाक्टरों से सलाह ली। पर उसे कुछ भी आराम न हुआ। उस ने मुझे निजी तौर पर कोई नुसखे भेजने के लिए लिखा। अपने पत्र में उस ने दो तीन बातें ऐसी लिखीं जिन से मुझे सन्देह हुआ कि उसे साधारण "परिवर्तन" की बेचैनी नहीं वरन् कोई और बड़ी खराबी है। मैंने उसे उस के अपने ज़िले के एक योग्य डाक्टर का नाम बता कर उस से सलाह लेने को कहा। उस डाक्टर ने तत्काल उपरेशन की आवश्यकता समझी और एक बड़ी ओवरी की रसौली (ovarian cyst) को काट कर दूर कर दिया। यह रसौली ही उस की तक्लीफ का कारण थी। ऐसी दशाओं में कितने ही निचोड़ दो, कुछ फायदा नहीं हो सकता था। उन का सेवन करने से वह इन में विश्वास खो बैठती और कहती "मैंने ठीक उसी चीज़ का सेवन किया जो डाक्टर स्टोप्स ने मुझे बताई थी, परन्तु कुछ लाभ न हुआ," और उपरेशन न कराने से, जो उस के लिए आव-

श्यक था, वह अपने प्राणों से हाथ धो बैठती। यह एक चरम सीमा की अवस्था है, परन्तु यह उस बात को खूब प्रदर्शित करती है जो मैंने पहले पृष्ठों में बार बार कही है, अर्थात् अपने डाक्टर से सलाह लो,—यदि आवश्यकता हो तो उसे यह पुस्तक भी पढ़ा दो। इस के बाद तुम दोनों अपनी तकलीफ़ पर अधिक अच्छी तरह से विचार कर सकोगे।

१. सम्बन्ध, पृष्ठ ४८ प्रकरण ३

मैथुन से वंचित स्त्रियों के लिए (देखिये टिप्पणी, पृष्ठ ४७)

(क) प्रास्टेटिक एक्स्ट्रेक्ट १½ ग्रेन एक कॅपस्यूल में।

(ख) प्रास्टेटिक एक्स्ट्रेक्ट	१ ग्रेन	एक कॅपस्यूल में
आरकिटिक एक्स्ट्रेक्ट orchitic extract	२ ग्रेन	

२. सम्बन्ध, पृष्ठ ७३ प्रकरण ४

लिम्फैटिक एक्स्ट्रेक्ट	२ ग्रेन	एक कॅपस्यूल में
थाईरायड एक्स्ट्रेक्ट	½ ग्रेन	
स्पर्मिन एक्स्ट्रेक्ट	२ ग्रेन	

दूसरे निचोड़ों के साथ मिला कर जैसा कि दिखलाया गया है, और ग्लिसटरो-फास्फेटों के साथ या उन के बिना ही।

३. सम्बन्ध, पृष्ठ १०४ प्रकरण ७

आरकिटिक एक्स्ट्रेक्ट (orchitic extract)	१ या २ ग्रेन	एक कॅपस्यूल में
थाईरायड एक्स्ट्रेक्ट (Thyroid extract)	½ ग्रेन	
पिटुइटरी (Pituitary [anterior])	१ या २ ग्रेन	

अकेला या दूसरे निचोड़ों के साथ, जैसा कि बतलाया गया है (देखो टिप्पणी, पृष्ठ १०८)

४. सम्बन्ध—पृष्ठ १४९ प्रकरण १०

ओवेरियन एक्स्ट्रेक्ट	३ ग्रेन	एक कपस्यूल में
थाईरायड एक्स्ट्रेक्ट	$\frac{1}{2}$ ग्रेन	

५. सम्बन्ध—पृष्ठ १५७ प्रकरण १०

ओवेरियन एक्स्ट्रेक्ट	२ ग्रेन	एक कॅपस्यूल में
मेमरी एक्स्ट्रेक्ट(Mammary extract)	१ या दो ग्रेन	
थाईरायड एक्स्ट्रेक्ट	$\frac{1}{2}$ ग्रेन	

६. सम्बन्ध—पृष्ठ १९५ प्रकरण ११

सुपरारीनल कोर्टक्स (Suprarenal cortex)	२ ग्रेन	एक कॅपस्यूल में
प्रास्टेटिक एक्स्ट्रेक्ट (Prostatic extract)	२ ग्रेन	
स्पर्मिन (Spermin)	१ ग्रेन	

टिप्पणी—ऊपर के सारे नुसखे केवल सामान्य हैं। इन में लगभग औसत से उतनी ही मात्रा या खूराक दी गई है, जो पुस्तक में वर्णित अवस्थाओं के लिए उपयुक्त है। प्रत्येक व्यक्ति की अलग अलग दशा पर विशेष विचार किए बिना इस का सेवन नहीं करना चाहिए।

ऐसी मात्रा के कॅपस्यूलों की संख्या रोज़ १ से ३ तक होनी चाहिए। स्थायी परिणाम दिखाने के लिए लगभग २ से ३ मास तक इलाज जारी रखना चाहिए। हो सकता है कि कभी तत्काल ही आराम मालूम होने लगे (यद्यपि सदा ऐसा होता नहीं) पर इलाज को काफी देर तक जारी रखना चाहिए। पक्की तरह से आराम होने के लिए इलाज को काफी देर तक जारी रखना ज़रूरी है, और दवाई का सेवन बिल्कुल बंद करने के पहले, मात्रा को धीरे धीरे घटा कर हर दूसरे दिन १ कॅपस्यूल तक ले आना चाहिए।